PREFAŢĂ DE

dr. Geoff Searle, MBBS (licenţiat în medicină şi chirurgie), BSc (licenţiat în ştiinţe), FRCPsych (membru al *Royal Collage of Psychiatrists*)

Sarah

De la o copilărie supusă abuzului şi din adâncimile disperării suicidare, la o viaţă a speranţei şi libertăţii

SARAH SHAW

„Această carte remarcabilă relatează povestea adevărată a vindecării unei femei profund abuzate, pe care am întâlnit-o cu mai bine de zece ani în urmă. Se scrie arareori despre acest subiect şi, chiar mai neobişnuit, în maniera liniştită şi meditativă a lui Sarah."
dr. Geoff Searle MBBS (licenţiat în medicină şi chirurgie), BSc (licenţiat în ştiinţe), FRCPsych (membru al *Royal Collage of Psychiatrists*) – medicul psihiatru al lui Sarah

„O povestire profundă şi emoţionantă – m-a surprins că, în ciuda unor experienţe atât de îngrozitoare, duhul omenesc poate fi triumfător şi plin de vigoare."
dr. Adrian Hutchings, MBBS (licenţiat în medicină şi chirurgie) – medicul de familie al lui Sarah

Sarah

Sarah Shaw părea a deţine controlul vieţii ei. Avea o carieră de succes ca manager în domeniul vânzărilor. Însă a ajuns la punctul în care nu a mai putut păstra aparenţele, pierzând orice control asupra tulburatei ei lumi interioare. Atât de intensă i-a fost durerea sufletească, atât de devastată i-a fost viaţa de consecinţele abuzului suferit în copilărie, încât, în cele din urmă, a fost pensionată definitiv din cauza incapacităţii sale psihice de a mai munci. Medicul ei psihiatru nu mai ştia cum s-o ajute. Această povestire, însă, nu este una despre ororile abuzului, ci reprezintă mărturia extraordinară a triumfului dragostei divine care vindecă.

Iată cuvintele autoarei: „Atât de mulţi oameni abuzaţi şi răniţi nu-şi înţeleg zdrobirea lor. Sunt copleşiţi, la fel cum am fost şi eu, de sentimente chinuitoare de vinovăţie, de ură de sine, de o mulţime de temeri, de depresie, de tulburări obsesiv-compulsive, de tulburări de alimentaţie, de propriile tendinţe de automutilare şi de suicid. Această carte oferă înţelegeri profunde în privinţa slujirii creştine de vindecare de care am avut parte, precum şi speranţă victimelor oricărui abuz, fără a nega realitatea conflictelor şi a luptelor interioare pline de disperare."

„Atât de mulţi oameni din lumea întreagă au fost abuzaţi şi, adesea, durerea le este tăinuită în însingurarea lor. Din fericire, femeia care a scris această carte a decis să ne dezvăluie, în lumina lui Isus Cristos, durerea ei. Făcând astfel, ea a aflat vindecarea totală – şi cred că decizia ei de a-şi împărtăşi durerosul secret cu o lume întreagă va ajuta multe alte persoane abuzate să-şi găsească refacerea emoţională completă."
J. Lee Grady – editor, revista *Charisma*

EDITURA ELPIS

ISBN 978-606-92468-0-1

9 786069 246801

27.00

Sarah

De la o copilărie supusă abuzului şi din adâncimile disperării suicidare, la o viaţă a speranţei şi libertăţii

SARAH SHAW

Editura Elpis

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

SHAW, SARAH
Sarah / Sarah Shaw ; trad.: Ariana Roşiu; – Oradea : Elpis, 2010
ISBN 978-606-92468-0-1

I. Rosiu, Ariana (trad.)

821.111-94=135.1

Sarah
Copyright © 2009, 2010 Ellel Ministries Limited.

Titlul original: SARAH
Traducerea în limba română este publicată cu permisiunea Sovereign World Ltd.

PO Box 784
Ellel
Lancaster
LA1 9DA
England
www.sovereignworld.com
All rights reserved.

Toate versetele citate, cu excepţia locurilor precizate, sunt luate din *Biblia, NTR*

Copyright © 2010 Editura Elpis, Oradea, România.

Toate drepturile asupra prezentei ediţii aparţin Editurii Elpis. Toate drepturile sunt rezervate. Nicio parte a acestei publicaţii nu poate fi reprodusă, stocată într-un sistem de regăsire sau transmisă, sub nicio formă sau prin niciun mijloc electronic, mecanic, fotocopiere, înregistrare, fără permisiunea prealabilă a editorului. Scurte extrase pot fi folosite în scopul recenzării.

Design-ul coperţii Andrew Mark, ThirteenFour Design

Traducerea: Ariana Roşiu
Editarea: Mihaela Moza
Corectura: Dorina Voin
Tehnoredactarea: Eugen Budea

ISBN 978-606-92468-0-1
Vizitaţi site-ul www.edituraelpis.ro
Scrieţi-ne la adresa e-mail: elpis@edituraelpis.ro
Str. Horea, nr. 2, Oradea, jud. Bihor
Cod poştal: 410080
Tel/fax: 0359.802.318; 0730.50.80.73

Soţului meu, care m-a iubit necondiţionat,
m-a sprijinit şi m-a încurajat
pe tot parcursul acestei călătorii.

Confidenţialitate

Unele nume au fost schimbate pentru a proteja identitatea mea şi a familiei mele.

Cuprins

	Cuvânt înainte de dr. Geoff Searle	9
	Cuvânt înainte de Fiona Horrobin	13
	Prefaţă	17
Capitolul 1	Când pot să plec acasă?	21
Capitolul 2	Urăsc dragostea!	35
Capitolul 3	Scara spre libertate	51
Capitolul 4	Copilărie frântă	61
Capitolul 5	Acceptarea părţilor pe care nu le-am dorit	71
Capitolul 6	Adevărul despre primii mei ani de viaţă	87
Capitolul 7	Scoaterea din evidenţa spitalului de psihiatrie	97
Capitolul 8	Cum pot ierta?	99
Capitolul 9	Durere, mânie şi amărăciune	111
Capitolul 10	Dumnezeu mă găseşte!	123
Capitolul 11	Nu mă părăsiţi!	139
Capitolul 12	Relaţie şi intimitate	155
Capitolul 13	În mâinile Tatălui	161
	Postscriptum	172
	Nota editorului	173

Mulţumiri călduroase...

Lui Peter şi Fiona Horrobin, pentru credincioşia lor faţă de viziunea pe care i-a dat-o Dumnezeu lui Peter pentru Ellel Ministries cu mai bine de treizeci de ani în urmă, pentru inimile lor pline de compasiune faţă de cei îndureraţi şi pentru credinţa lor neabătută în Dumnezeu ca Vindecător şi Dătător al Vieţii.

Mulţumiri în special tuturor celor care s-au dăruit jertfindu-se pe sine, dând din timpul lor, din energia şi din resursele lor în diferite feluri, însoţindu-mă în această călătorie: mai ales Fionei, Annei, lui Karen, lui Val şi Ian; prin ei, Dumnezeu m-a slujit într-un mod plin de har şi, fără de ei, nu aş fi reuşit.

Recunoştinţa mea sinceră o adresez echipei lărgite de la Ellel Grange şi, fără discuţie, tuturor echipelor de la centrele Ellel din Marea Britanie, care şi-au jertfit viaţa pentru a se dedica lui Dumnezeu, slujindu-i pe cei zdrobiţi şi îndureraţi. Le mulţumesc pentru căldura cu care m-au primit şi m-au acceptat necondiţionat, pentru că mi-au cărat bagajele, mi-au aranjat camera şi mi-au servit mâncarea, toate acestea fiind moduri prin care mi-au arătat foarte clar ce înseamnă pentru mine familia lui Dumnezeu şi ce privilegiu este să fac parte din ea.

Mulţumiri speciale, de asemenea, lui Pam şi lui Christine, care m-au sprijinit în rugăciune în tot timpul în care am scris această carte.

În cele din urmă, le mulţumesc din inimă soţului şi copiilor mei pentru răbdarea şi perseverenţa lor, şi pentru faptul că au crezut în mine, în lucrarea pe care o face Dumnezeu şi în adevărata eliberare, chiar şi atunci când am trecut prin perioade foarte dificile.

Lui Dumnezeu toată slava, onoarea şi lauda.

Cuvânt înainte de dr. Geoff Searle

Există acum un gen de scrieri de succes cunoscute drept „experienţe abuzive în copilărie" care sunt atât de răspândite, încât adesea librăriile ajung să le acorde rafturi întregi, pe care le şi intitulează corespunzător. Dacă aceasta căutaţi, atunci nu aveţi nevoie de cartea pe care o aveţi în mână şi vă sfătuiesc să o puneţi înapoi pe raft. Această carte remarcabilă relatează povestea adevărată a vindecării unei femei profund abuzate, pe care am întâlnit-o acum mai bine de 10 ani. Se scrie arareori despre acest subiect şi, chiar mai neobişnuit, în maniera liniştită şi meditativă a lui Sarah.

În cariera mea de medic sunt frustrat de ceea ce (crede că) ştie omul obişnuit despre boala mintală – că ea este fie o situaţie deznădăjduită, fie o expresie a slăbiciunii personale şi, ca psihiatru, sunt fie amăgitor de neavenit, fie cu totul inutil. Adevărul este că pacienţii se simt adesea mai bine şi continuă să-şi trăiască viaţa, dar despre aşa ceva nu auziţi niciodată. Asta îmi doresc pentru pacienţii mei, iar uneori căutările mele sunt mai degrabă de domeniul speranţei, decât de cel al aşteptărilor. Cu siguranţă acesta a fost şi cazul lui Sarah, care a venit la mine cu o depresie severă, combinată cu o mulţime de mecanisme de adaptare formate de o viaţă, toate falimentare, şi cu o absenţă foarte suspectă a memoriei evenimentelor petrecute în copilărie, care, toate cumulate, reprezentau o mare problemă şi generau un prognostic nefast.

Dar (iar acesta este un mare cuvânt de cotitură) ea avea calităţi şi un sistem de sprijin pe care mulţi alţii nu îl au. Iar acest lucru nu se întâmplă accidental. Cu toate că (în acea vreme) ea nu era conştientă de asta, era o persoană drăguţă, afectuoasă şi grijulie, care se putea relaţiona mult mai profund la ceilalţi decât a fost ea în stare să recunoască iniţial. Avea un

soţ şi o familie care o iubeau şi, pe lângă asta, o relaţie cu Dumnezeu care urma să o salveze prin intermediul eforturilor consilierilor şi ale bisericii ei. Totuşi nu vreau să minimalizez propriile ei eforturi prelungite şi curajoase de a se debarasa de copilăria ei oribilă, care pare să o fi mutilat şi înrobit. Revenirea de pe urma unui abuz nu este o ridicare subită şi magică a unui văl printr-o revelaţie nemaipomenită (aşa cum o afirmă şi această carte), ci este lupta zilnică de a schimba modul în care gândeşti, simţi şi te comporţi atunci când fiecare fibră a fiinţei tale urlă „nu", lăsându-te epuizată emoţional. Apoi, a doua zi, te ridici şi o iei de la capăt.

Fiecare cale de recuperare este diferită, în parte din cauza individului, dar, de asemenea, şi din cauza neajunsurilor terapiei, care sunt o realitate. Calea pe care a păşit Sarah a fost una lungă, dar, ca de obicei, a reprezentat un proces de a o lua din nou de la început şi de a trece progresiv prin copilărie şi prin adolescenţă, sprijinită de adulţi de încredere şi plini de dragoste (terapeuţi). Cel mai mare triumf al lui Sarah l-a constituit realizarea ei de a reuşi să facă faţă separării ei de dependenţa de terapie fără a-şi pierde încrederea şi apoi reînceperea relaţiei ca adult cu soţul ei.

Când am început studiul psihiatriei la începutul anilor '80, nimeni nu s-ar fi sinchisit să-i ofere lui Sarah vreun tratament, pentru că era un caz „imposibil", iar situaţia celor care veneau cu probleme atât de complexe şi de adânc înrădăcinate ca ale ei era simplificată şi catalogată drept boală accesibilă medicaţiei pentru care era acceptată o recuperare limitată. Tratamentul a evoluat mult de atunci încoace, odată cu progresul multiplelor terapii, multe din ele dezvoltate dintr-o grabă considerabilă de a ajuta, punându-se accentul pe gândiri şi pe comportamente, şi implicit ineficace în cazul unor probleme mai complexe şi mai profunde legate de relaţiile dintre indivizi şi de relaţia cu sine a acestora.

Rezultatul culminant al oricărui ajutor oferit este de fapt unul foarte simplu – să devii un adult afectuos şi responsabil, însă este ceva incredibil de complex şi de dificil atunci când vine vorba de un copil/adult imprevizibil, revendicativ, isteric şi haotic. Puterea de caracter necesară pentru a întări, vindeca şi apoi elibera un pacient nu trebuie diminuată, mai ales când este vorba de implicarea intensă şi prelungită de care a avut nevoie Sarah pentru a fi vindecată.

Sunt bucuros să spun că acum este posibil să ajutăm aproape orice om care are probleme serioase ca şi Sarah, dar o recuperare completă ca a ei ar fi considerată miraculoasă, dacă aceasta nu ar reieşi destul de clar din relatarea ei asupra celor întâmplate.

dr. Geoff Searle MBBS
(licenţiat în medicină şi chirurgie), BSc (licenţiat în ştiinţe),
FRCPsych (membru al Royal Collage of Psychiatrists)
noiembrie 2009

Cuvânt înainte de Fiona Horrobin

Călătoria noastră de douăzeci de ani, în încercarea de a-i ajuta pe oamenii cu cele mai profunde nevoi, a sădit în noi o credinţă de neclintit în abilitatea Creatorului de a restaura viaţa frântă a unui om. A fost un privilegiu fantastic, cu toate că uneori extrem de greu, de a păşi alături de Sarah prin călătoria ei neobişnuită la starea de plinătate şi la normalitatea de care se bucură astăzi – liberă să trăiască o viaţă normală alături de familia ei, fără medicamente, fără niciun fel de îngrijire medicală şi fără să mai aibă nevoie de vreo altă sursă exterioară de ajutor şi de mângâiere.

Dumnezeu i-a redat cu adevărat anii pe care i-au devorat lăcustele şi i-a oferit o răscumpărare ce depăşeşte orice raţiune şi argument uman. Sarah a fost îndrumată la noi pentru ajutor de către vicarul ei, iar psihiatrul ei i-a permis să vină la un Sejur de Vindecare. La prima noastră întâlnire, nu ştiam aproape nimic din ceea ce avea să ne aştepte atât pe Sarah, cât şi pe noi în călătoria făcută împreună spre restaurare.

Cu puţin timp mai devreme, Sarah îşi atinsese limita elasticităţii personale şi, epuizată, se prăbuşise. A fost nevoie de ajutor psihiatric şi de medicamente puternice pentru a o salva de ea însăşi şi de dorinţa ei de a muri. În interior, adevărata Sarah nu mai putea păstra sub tăcere durerea acumulată în anii de abuz devastator.

În cele din urmă, în timp ce îi exploram trecutul împreună, aparenţele exterioare de normalitate au cedat în faţa cavernei interioare de durere şi de frângere, determinând-o să creadă că, pentru binele tuturor, era mai bine dacă ar fi îndepărtată din această viaţă.

Ea nu era o simplă persoană consiliată, ci, mai bine zis, un caz mai complex. Toată viaţa ei fusese construită pe convingerea

că era atât de rea, încât merita tot abuzul inimaginabil pe care-l suferise.

Provocarea pentru noi cei care eram familia şi consilierii ei a fost: Cum putem reuşi să atingem un suflet atât de gol, de frânt şi de spulberat? Era oare posibil ca dragostea omenească, exprimată faţă de ea din credinţa şi din inimile noastre de creştini să o poată vindeca şi să-i umple golul şi nevoia ei dureroasă?

Explozia

„Durerea mea sunt eu, este ceea ce sunt." În cele din urmă, Sarah a explodat. „Nu poţi scăpa de mine." „Urăsc dragostea." „Dragostea doare." „Dragostea se foloseşte de tine." Explozia a făcut loc suspinelor grele şi neacceptării sale de sine. Oboseala şi extenuarea drumului parcurs de ea spre vindecare se făcuseră simţite şi, în final, Sarah a izbucnit: „Nu înţelegeţi ce e în mine, pentru oricine ar fi prea mult, trebuie să mă întorc la spital." Uluiţi de strigătul ei, am rămas aşezaţi alături de Sarah în tăcere, adânciţi în gândurile şi în rugăciunile noastre.

Nedreptatea

În călătoria spre vindecare pe care am întreprins-o împreună cu echipa de consiliere, am reuşit să mă lovesc de cel mai profund şi mai intens strigăt al inimii omului – nevoia lui de a avea valoare şi de a fi iubit.

Ce puteam spune? Ce ar fi putut spune oricare din echipa noastră? Ce cuvinte sau acţiuni ar fi putut constitui răspunsul? Sarah trăise o viaţă întreagă întemniţată pentru ceva ce nu avea puterea să schimbe şi pentru ceva de care nu era vinovată. Pedeapsa abuzatorilor ei putea constitui răspunsul? Vorbisem şi discutasem mult pe această temă. Din adâncul sufletului lui Sarah izvora dorinţa de răzbunare, cu toate că nimic nu putea fi suficient pentru a compensa nedreptatea suferită – nici închisoarea, nici chiar pedeapsa cu moartea nu era suficientă. O puteau face să se simtă mai bine, însă doar pentru moment. Niciodată nu aveau să-i aline cumplitul sentiment de nedreptate din interior.

Am rămas acolo, în tăcere, cufundată în gândurile şi în rugăciunile mele. Mersesem oare prea departe? Sarah beneficia acum de dragoste din partea oamenilor şi, într-o extremă, se agăţa de ea, dar în cealaltă extremă, i se opunea. O

lăsasem să guste din ceva ce nu-şi îngăduise niciodată să primească. Adevărul chinuitor era acela că nici dragostea aceasta nu era îndeajuns.

În sinea mea am început să mă gândesc că nu exista niciun răspuns şi că poate trebuia să o ajutăm cumva să trăiască având această perspectivă şi făcând faţă cumva durerii. Chiar am început să mă îndoiesc dacă era cu putinţă să vedem puterea dragostei triumfând peste o astfel de ură şi de răutate. Poate că trebuia să facem un compromis şi să ne mulţumim chiar şi cu o vindecare parţială. Totuşi undeva în adâncul sufletului, se ridica mereu convingerea aceasta de neclintit că acolo unde nicio fiinţă omenească nu putea schimba şi vindeca inima omului, Dumnezeul cel viu o putea face.

Drumul spre victorie

Povestea lui Sarah stă acum drept mărturie vie a faptului că Dumnezeu poate vindeca, şi chiar o face. Nu există nicio îndoială că, fără bolobocul Cuvântului viu al lui Dumnezeu aplicat şi trăit, nu am fi putut-o ajuta pe Sarah în felul în care am făcut-o. Nu se poate tăgădui că în viaţa lui Sarah a intervenit ceva dincolo şi mai presus de puterile şi de calităţile noastre omeneşti.

Acest ceva este o relaţie – şi anume o relaţie de care s-a ţinut constant, în persoana lui Isus Cristos. Pe măsură ce Scriptura era descoperită şi aplicată, au existat nenumărate momente când de pe paginile ei s-au desprins bijuterii de preţ. Scriptura a prins viaţă prin indicaţii referitoare la speranţă, dragoste şi scop. Şi, mai presus de orice altceva, a condus-o pe Sarah la libertate.

Dumnezeu Creatorul ne-a zămislit cu un scop – şi anume pentru a avea relaţii. El ne-a făcut şi ne-a creat pentru dragoste. Acesta a fost planul Său. În acest plan perfect, ne-a fost oferit cel mai mare dar dintre toate – voinţa liberă – libertatea de a gândi cu mintea noastră, de a avea propriile noastre opinii, de a avea propriile sentimente de durere şi fericire, de a fi noi înşine. Iar acest Creator ne-a numit copiii Săi, fii şi fiice, şi ne-a dat o moştenire a dragostei Sale, înţelegerea faptului că păcatele ne-au fost iertate şi că avem viaţă veşnică.

Sarah a fost purtată chiar de Dumnezeu într-o călătorie, iar în cele din urmă El a zdrobit orice barieră a urii şi a răului, încât

ea să poată primi moştenirea ce i-a fost promisă. Noi, cei care am călătorit alături de ea, cu credinţa şi încrederea într-un Dumnezeu credincios, Care Îşi împlineşte Cuvântul, am primit puterea şi harul de a trece alături de ea prin multele meandre şi cotituri survenite pe drum, găsind perle de înţelepciune şi chei minunate de vindecare interioară a sufletului omului, distrus înainte de cruzime şi nedreptate.

Ura şi-a desfăşurat lucrarea plină de răutate în viaţa ei, însă dragostea a triumfat. Această dragoste a fost Divină, dragostea Creatorului pentru creaţia Sa, a Tatălui pentru copilul Său. El a salvat-o şi a restaurat-o şi, prin tot acest proces, ne-a atins şi ne-a schimbat profund pe noi toţi.

Consilierii ei fiind, a trebuit şi noi să apelăm adesea la Dumnezeu, să găsim harul de a continua în faţa unor situaţii aparent imposibile. Acest har s-a revărsat din interior. Nimeni din echipa noastră nu poate susţine că a fost uşor. Au existat provocări care ne-au dus adesea în pragul capitulării. Erau dincolo de capacitatea noastră omenească de a suporta. Totuşi tocmai în acele momente am primit înţelegere spirituală şi am făcut progrese şi, odată cu ele, am trăit bucuria şi încurajarea de a continua.

Ne rugăm ca prin multele soluţii şi clarificări pe care le-am primit, şi prin credinţa, curajul şi hotărârea lui Sarah, şi alţii să beneficieze la rândul lor de libertate. Înainte de toate Îi adresăm mulţumirile noastre lui Dumnezeu, a Cărui dragoste şi putere de a vindeca şi de a salva din mijlocul celui mai groaznic abuz rămâne motivaţia noastră.

De asemenea, dorim să mulţumim întregii noastre echipe; dăruirea voastră jertfitoare i-a permis lui Sarah să primească ajutorul de care avea nevoie. Avem cea mai profundă admiraţie pentru soţul ei, John, care a fost statornic şi loial în întreaga ei călătorie şi a cărui integritate este un exemplu remarcabil.

Toţi aceia dintre noi, care am reuşit să atingem viaţa lui Sarah într-un fel sau altul, am fost îmbogăţiţi prin aceasta. Ceea ce a vrut cel rău să folosească pentru a distruge, Domnul a întors spre bine!

Fiona Horrobin
noiembrie 2009

Prefaţă

În timpul copilăriei mele am fost grav abuzată de propriii mei părinţi, ani la rând. Nu aveam unde să mă duc pentru a fi mângâiată, astfel că am crescut îngropând în mine toate acele experienţe îngrozitoare şi blocându-le. Eram copil şi gândeam ca un copil, fără să am cea mai vagă idee de consecinţele ce decurgeau din acest abuz. Tot ce ştiam era că eu eram rea şi sufeream pentru că o meritam.

Cea mai mare parte din viaţa mea nu am înţeles faptul că educaţia mea traumatică avusese drept rezultat fragmentarea sau scindarea personalităţii mele în opt părţi separate. Sufeream de o boală pe care manualul folosit de psihiatri şi psihologi pentru a diagnostica bolile psihice[1] o denumea tulburare de identitate disociativă.

Dar eu nu am cercetat cum era viaţa mea. Nu mi-am pus întrebări cu privire la convingerile mele extrem de iraţionale, la natura mea obsesiv-compulsivă, la faptul că verificam continuu anumite lucruri, la nenumăratele temeri care mă torturau, sau măcar cu privire la faptul că nu aveam amintiri din primii mei 18 ani de viaţă. Vedeam toate aceste lucruri ca făcând parte din felul meu de a fi. Toate acestea erau imperfecţiuni stânjenitoare pe care încercam să le ascund.

Abia după treizeci de ani trecutul meu m-a copleşit. Sentimentele de vinovăţie care mă roseseră întotdeauna în interior începură să crească. Mă devorau cu totul. Mă simţeam vinovată că eram o soţie rea, o mamă rea, o creştină rea, o prietenă rea... În final, m-am simţit vinovată pentru tot. Credeam că eram „o persoană atât de îngrozitor de rea", încât mă simţeam vinovată până şi pentru faptul că eram în viaţă. Ura de sine ce izvora din adâncul sufletului meu îmi pătrundea în fiecare fibră a fiinţei mele, până când ajungeam

să mă simt de-a dreptul îmbibată de ea şi eram absolut convinsă că meritam să mor.

După o gravă tentativă de sinucidere, am fost internată într-un spital psihiatric, unde am fost diagnosticată cu bulimie, tulburare obsesiv-compulsivă, depresie severă, tendinţe auto-mutilante şi de sinucidere. Mă simţeam de parcă mă rostogolisem cu încetinitorul până pe fundul unei prăpăstii adânci şi întunecoase de disperare totală, iar pentru asta eram de vină tot eu.

Eram deznădăjduită, la fel ca mulţi oameni abuzaţi. Totuşi, oricât de imposibil mi se părea, exista o speranţă. Vicarul şi soţia lui au încercat să mă ajute şi se rugau împreună cu alţi prieteni, iar după câteva luni petrecute în spital, s-a ivit ocazia să pot primi ajutor creştin profesionist. Într-o perioadă când eram atât de disperată încât încercam să mă sinucid, Dumnezeu mi-a oferit imaginea unui trandafir, prin intermediul acelui ajutor. Era un trandafir ce fusese zdrobit. Petalele erau ofilite şi rupte, risipite peste tot, pe jos. Dumnezeu a spus că El avea să culeagă fiecare petală în parte şi că avea să refacă floarea în întregimea ei.

Era o imagine frumoasă, însă eu eram într-o tulburare atât de mare, încât nu puteam înţelege cum avea să facă Dumnezeu aşa ceva. Dar această carte este o mărturie a credincioşiei Lui faţă de acel cuvânt şi povestea modului în care Dumnezeu mi-a refăcut viaţa, cu multă migală.

Când am început să fiu eliberată de lanţurile ce mă legaseră de trecutul meu, mi-am programat o întâlnire cu medicul meu psihiatru, împreună cu Fiona, lidera echipei care m-a consiliat. Medicul psihiatru, cu pregătirea sa profesională, a confirmat vindecarea pe care o vedea sub ochii lui, chiar dacă nu totală, dar de netăgăduit. Ştiu că am beneficiat de un privilegiu incredibil să primesc un astfel de ajutor creştin substanţial, prin care Dumnezeu a lucrat cu putere. Dar mi-am amintit de alţi pacienţi pe care am ajuns să-i cunosc în spital, dintre care mulţi erau disperaţi, şi m-am gândit la cât de mulţi erau cei pe care nu-i cunoşteam. L-am întrebat pe medic: „Ce se întâmplă cu oamenii care nu primesc ajutor aşa cum am primit eu?" N-o să-i uit niciodată răspunsul: „Am chiar acum o pacientă exact ca şi dumneavoastră, şi trebuie să accept faptul că s-ar putea să nu supravieţuiască."

Acesta este motivul pentru care am scris această carte. Nu este o relatare a ororilor pe care le-am trăit copil fiind, ci o biografie a călătoriei mele spre vindecare. Mulţi oameni nu-şi mai revin de pe urma abuzului, însă rugăciunea mea este ca această carte să-i încurajeze pe cei care suferă consecinţele experienţelor cutremurătoare din copilărie, transmiţându-le mesajul că există o cale reală de eliberare de un trecut abuziv.

Atât de mulţi oameni abuzaţi şi răniţi nu-şi înţeleg starea de zdrobire în care se găsesc. Sunt copleşiţi, la fel cum am fost şi eu, de sentimente chinuitoare de vinovăţie, de ură de sine, de o mulţime de temeri, de depresie, de tulburare obsesiv-compulsivă, de tulburări de alimentaţie, de propriile lor tendinţe de auto-mutilare şi de suicid. Ei sunt menţinuţi în viaţă – sau nu – de medicamente psihotrope care le tratează simptomele ce par să constituie problema în sine. Însă problema cea mai mare este cea care nu se vede, care a fost blocată şi îngropată în subconştient, şi care nu este moartă, ci e o problemă reală, vie şi disperată, având nevoie de ceva mai mult decât medicamentaţie.

Ştiu, dincolo de orice îndoială, că vindecarea adevărată poate fi primită doar prin intrarea smerită şi sinceră într-o relaţie vie şi adevărată cu Tatăl nostru, Dumnezeu, prin Isus. Este singura cale posibilă spre o stare de plinătate, spre eliberarea de orice conflict interior şi spre cunoaşterea adevăratei siguranţe după care tânjim cu toţii în interior – siguranţa care aduce cu ea eliberarea de toate simptomele devastatoare.

Unii vor spune că eu am avut întotdeauna o relaţie cu Dumnezeu încă de pe vremea când am devenit creştină, cu mult înainte de a fi înfrântă şi de a fi internată într-un spital psihiatric. Dar fusese o relaţie superficială. Acum înţeleg că Dumnezeu nu putea pătrunde în sufletul meu decât atât cât Îl lăsam eu să intre. Iar eu blocasem toate locurile traumatizate din interior, acolo unde erau îngropate toată durerea, teama, furia şi sentimentul nedreptăţii pentru cruzimea şi abuzul suferite în timpul copilăriei. Era ca şi când aş fi turnat ciment deasupra şi aş fi pus un indicator uriaş cu: „Intrarea interzisă!" în faţa acelui loc. Am învăţat că trebuia să renunţ la toată acea protecţie şi să-I permit lui Dumnezeu să pătrundă în acea

harababură, dacă doream să am parte de eliberarea reală pe care El o are pe inimă pentru fiecare dintre noi.

Doresc să împărtăşesc câte ceva din lupta prin care am trecut, dar totodată să comunic o speranţă autentică în Dumnezeul cel viu, Care poate aduna petalele vieţii noastre zdrobite şi le poate aduce din nou la starea de plinătate.

Isus a spus:

> Veţi cunoaşte adevărul, iar adevărul vă va elibera.
>
> (Ioan 8:32)

El a afirmat, de asemenea, că a venit să împlinească Scripturile vestite prin profetul Isaia:

> El m-a trimis să-i vindec pe cei cu inima zdrobită, să vestesc celor captivi eliberarea, şi celor legaţi – izbăvirea.
>
> (Isaia 61:1; vezi şi Luca 4:18-21)

A Lui să fie toată lauda, toată gloria şi toată onoarea!

Notă

1. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [Manualul de diagnostic şi statistică al afecţiunilor psihice], ediţia a IV-a, text revizuit, sau DSM-IV-TR.

CAPITOLUL 1

Când pot să plec acasă?

La treizeci şi şase de ani, aveam parte de o căsnicie fericită, iar John şi cu mine aveam doi copii minunaţi. Tom avea 11 ani şi era în primul său an la şcoala Grammar, iar Beth avea nouă ani şi era cu o clasă înaintea celor de vârsta ei. Devenisem creştină participând la studiile despre botezul copiilor când s-a născut Tom, şi lucram cu jumătate de normă ca secretară a parohiei.

Din afară, lucrurile păreau atât de normale. Poate că în acea vreme, în multe sensuri lucrurile chiar *fuseseră* normale, poate chiar mai mult decât normale. Fără nicio îndoială, multe lucruri bune s-au întâmplat în viaţa mea şi sunt multe lucruri pentru care trebuie să fiu recunoscătoare.

Ascunderea abuzului

Dar îmi formasem un obicei de-o viaţă din a face ca lucrurile să pară normale chiar şi atunci când nu erau. Era mai degrabă un stil de viaţă decât un obicei, care a început atunci când s-au petrecut nişte lucruri îngrozitoare în copilăria mea.

Între vârsta de 3 şi 18 ani tatăl meu m-a abuzat sexual în repetate rânduri. Şi de fiecare dată, imediat ce termina şi ieşea din cameră îmbrâncindu-mă la o parte, eu fugeam să mă spăl şi să mă îmbrac, şi aranjam aşternuturile, cuvertura de pe pat şi tot restul ce fusese deranjat de la loc. Mă temeam ca nu cumva mama să afle ce se petrecea.

În ciuda tuturor strădaniilor mele, ea a ştiut de fiecare dată. Şi erau multe dăţi când am fost încuiată în camera mea zile şi

nopţi la rând „drept pedeapsă, ca să mă gândesc la cât de rea eram". Când mă lăsau să ies, mă trimiteau înapoi la şcoală cu un bilet de scutire pe motiv de boală care să-mi motiveze absenţele, iar eu mă comportam ca şi când nimic nu s-ar fi întâmplat. Oricare ar fi fost preţul, totul trebuia să pară normal. Aşa era mama mea, şi aşa am crescut şi eu.

Biroul parohial era un loc aglomerat, în care sunau oameni lăsând tot felul de mesaje pentru preoţi, interesându-se de orarul slujbelor, al întâlnirilor şi al programărilor prin rotaţie, şi programând căsătorii, înmormântări şi botezuri. Zâmbeam şi lucram sârguincios pentru a-i mulţumi pe toţi, oferindu-mă să le dactilografiez, să le fotocopiez cele necesare şi să fac orice altceva cu ce le-aş fi putut fi de ajutor.

Eu eram secretara săritoare şi amabilă a parohiei, soţia eficientă care păstra casa şi grădina imaculate şi mama care îi ducea pe copii la toate activităţile pe care le puteam înghesui într-o săptămână, şi mă ofeream să-i duc şi pe copiii altora. Cel puţin aşa eram eu cea văzută din afară.

În interior era cu totul altceva. În interior eram nesigură şi mă luptam cu o convingere de fier că eram o persoană foarte rea. Eram tot mai împovărată de vinovăţie şi de un sentiment profund de disperare. E adevărat că victimele abuzului îşi asumă adesea vinovăţia legată de abuzul suferit, dar eu nu aveam nicio amintire şi nicio idee că fusesem abuzată, şi nici John. Eu mă simţeam pur şi simplu „rea".

De fapt, nu doar că încercasem să ascund abuzul sub covorul prefăcătoriei, ci pur şi simplu îmi pierdusem amintirea primilor 18 ani din viaţă, şi fără voia mea îmi inventasem un trecut cu totul diferit. „Am fost un copil dificil", le spuneam oamenilor, crezând cu tărie ceea ce spuneam. „Le-am dat mult de furcă părinţilor mei, dar ei au fost buni şi au făcut tot ce au putut mai bine pentru mine." Mie îmi suna adevărat, însă *nu* acesta era adevărul.

Instinctul de supravieţuire

Adevărul era că fuga de ororile trecutului meu şi blocarea tuturor acelor ani fuseseră o reacţie automată. Era pur şi simplu instinctul fundamental de supravieţuire al unui om.

Atunci când i se refuză mângâierile şi când i se aplică o pedeapsă violentă unui copil a cărui inocenţă a fost distrusă de părinţii săi, durerea şi nedreptatea sunt o povară mult prea grea de purtat pentru acel copil. Iată cum mi-am „pierdut" eu memoria.

Ura de sine şi depresia

Ca adult, nu mi-am putut explica altfel depresia mea tot mai adâncă, decât prin convingerea mea că mă născusem rea. Iar aceasta m-a determinat să mă străduiesc şi mai mult în tot ceea ce făceam, pentru a compensa cumva „realitatea". Dar nu a funcţionat. Continuam să mă simt rea. În secret îmi controlam alimentaţia, luam peste o sută de laxative pe săptămână şi îmi provocam vărsături în mod regulat. Dar tot mă simţeam grasă. Şi mă simţeam vinovată deoarece mă gândeam că creştinii trebuie să fie fericiţi atât în interior, cât şi în exterior.

Dacă nu eram ocupată şi concentrată pe o activitate, eram asaltată de sentimente negative şi atunci nu-mi mai doream nimic altceva decât să renunţ la tot şi să mor. Într-un final m-am adresat doctorului meu, care mi-a prescris medicamente antidepresive, iar ulterior tranchilizante şi somnifere. Dar ele nu reuşeau să-mi controleze sentimentele negative de care îmi era tot mai greu să scap, până când în cele din urmă au început să mă copleşească. Am fost tot mai convinsă nu doar de faptul că eram o persoană rea, ci şi o creştină rea, o prietenă rea, o soţie rea şi o mamă rea. Eram ca o tăbliţă de piatră pe care era gravat până în străfundurile ei un singur cuvânt – „rea".

Credinţa mea mă învăţase că, indiferent de cât de răi eram noi, Isus luase asupra Sa pedeapsa noastră şi câştigase viaţa veşnică pentru oricine Îl primea pe El ca Mântuitor. Dar eu nu-I puteam accepta iertarea şi nu puteam crede că aveam să mă duc în rai. În cel mai bun caz, reuşeam să mă imaginez în cer ghemuită pe undeva şi ascunzându-mă de toţi ceilalţi, temându-mă să nu cumva să fiu văzută. Până la urmă, nu am mai putut crede nici măcar asta. Credeam că eu eram excepţia şi că meritam să mor nu doar atunci când avea să vină timpul, ci meritam să încetez din viaţă, pe loc.

Cu toate că sentimentul meu de non-valoare şi de ură de

sine era suficient de puternic pentru a-mi genera gânduri de suicid, nu trăiam permanent în acea stare dramatic de intensă. Reuşeam să mă deconectez automat atunci când eram la serviciu sau împreună cu alţi oameni, transformându-mă în acea persoană care se străduia atât de mult să placă tuturor.

Era ca şi când mi-aş fi pus o mască, fără măcar să realizez că o fac, astfel că am reuşit să-i amăgesc nu doar pe alţii, ci şi pe mine însămi. Când nu eram chinuită de gânduri de sinucidere, nu reuşeam deloc să văd legătura dintre ele şi mine. Era mai mult decât o oscilaţie de dispoziţie, mai mult decât o mişcare constantă între o personalitate extremă şi cealaltă.

John şi încă unul sau doi prieteni apropiaţi de-ai noştri au observat schimbările. Ei ştiau că aveam mereu la îndemână o lamă de ras, fiind gata să mă autopedepsesc ori de câte ori eram disperată, şi ştiau că puteam trece în orice clipă dintr-o stare într-alta. Exista un element declanşator: poate dacă nu reuşeam să îmi termin toate sarcinile la birou, sau să îngrijesc fiecare floare din grădină. Sau poate dacă mă simţeam respinsă. Toate situaţiile acestea erau ca nişte paratrăsnete care ridicau la suprafaţă instantaneu toate gândurile şi sentimentele de amărăciune şi de autodistrugere pe care le aveam.

Mă confesasem vicarului şi soţiei sale, şi ei mă consiliau. Într-o zi când am sunat la vicariat pentru a-mi onora o întâlnire, Barbara mi-a spus, scuzându-se, că Geoff fusese chemat în altă parte. Am zâmbit şi, ca să o liniştesc, i-am spus: „E în regulă. Înţeleg." M-am întâlnit cu ea, am povestit şi am luat ceaiul împreună. M-am întors apoi acasă şi am înghiţit o cutie întreagă cu tablete de paracetamol.

Cu toate că am fost foarte bolnavă, l-am convins pe John să-mi promită că nu avea să cheme doctorul. După câteva zile m-am întors la serviciu, ca şi când nimic nu s-ar fi întâmplat, fără să-mi dau seama că ficatul meu fusese grav afectat.

A fost o perioadă derutantă, mai ales pentru John. Eu treceam de la o stare disperată, dominată de gânduri de sinucidere, la a mă acuza în chiar minutul următor de faptul că cerşeam atenţie şi apoi, după încă un minut, să cred cu tărie că totul era în regulă cu mine.

Spitalul de psihiatrie

După următoarea întâlnire pe care am avut-o cu medicul meu de familie, a fost solicitată evaluarea unui psihiatru, pe nume dr. Searle. M-a consultat a doua zi acasă şi am fost şocată când am auzit că a luat legătura cu spitalul de psihiatrie chiar atunci pentru a se asigura că se elibera un pat şi că mi-l rezervau mie. „Te internez", a spus el, „pentru că eşti un pericol pentru tine însăţi."

Fişa mea medicală conţine scrisoarea medicală pe care dr. Searle a adresat-o medicului meu de familie după vizita pe care mi-a făcut-o acasă, în care afirmă următoarele:

> *În statusul ei psihic, am găsit-o pe Sarah fiind o femeie cu o personalitate slabă, mai exact anxioasă... era evident deprimată. Impresia mea este că suferă de o boală depresivă severă pe fondul unui trecut abuziv... Consider că necesită tratament antidepresiv eficient... Consider că dificultăţile ei psihologice vor necesita mai mult decât o simplă intervenţie din partea consilierului dumneavoastră...*

John şi copiii m-au dus la spital în seara aceea, au aşteptat într-o cameră murdară în care vopseaua se exfolia de pe pereţi, iar covorul începuse să se ruleze pe la colţuri. Simţeam mirosul fumului de ţigară care pătrundea de afară până la noi. Niciunul dintre noi nu mai călcasem până atunci într-un spital psihiatric. Mi se părea murdar, cu toate că probabil nu era. Nu am vorbit prea mult între noi. Eu mă simţeam vinovată, iar ei probabil erau îngrijoraţi. Zgomotul făcut de paşii câte unui pacient ce trecea târându-şi picioarele prin dreptul uşii venea să ne întrerupă gândurile. Toţi ne ridicam privirile, dar niciunul dintre pacienţi nu se întorcea să se uite la noi. Priveau inert în jos, târându-şi picioarele în timp ce îşi urmau drumul în susul sau în josul coridorului.

După două ore, psihiatrul de gardă, care fusese ocupat cu o urgenţă, a venit să mă interneze. I-am răspuns întrebărilor, am semnat hârtiile necesare şi mi-am luat rămas bun de la toată familia mea. Copiii se luptau cu lacrimile, însă John se stăpânea destul de bine. „Haideţi", spuse el. „Să mergem acasă. Mami trebuie să se ducă la culcare acum. O să venim mâine s-o vedem din nou."

Dar în inima lui era mai tulburat decât ei. Ajuns acasă, a

rămas treaz până la primele ore ale dimineţii, luptându-se să accepte faptul că mă lăsase într-un asemenea loc.

Când am început să-mi aranjez lucrurile în dulăpiorul aflat lângă unul dintre paturile salonului, în care se mai găseau alte şapte paturi, unul din ceilalţi pacienţi a venit lângă mine şi mi-a spus în şoaptă:

— Ai grijă să-ţi încui dulăpiorul.

A arătat cu capul spre femeia din patul de lângă mine.

— E hoaţă. O să-ţi fure lucrurile dacă nu-l încui.

Am fost şocată să mă trezesc în acest loc care îmi era atât de străin.

— Când pot să plec acasă? am întrebat-o cu jumătate de gură pe asistentă atunci când mi-a venit rândul după ce am stat la coada formată de pacienţi, aşteptând să ne primim medicamentele.

— O să-l întâlneşti vineri pe dr. Searle, a spus ea. Poţi să-l întrebi pe el atunci.

Am întins mâna şi mi-am luat tabletele de la ea.

— Nu, a spus ea enervată când m-am întors şi-am dat să plec, pune-le în gură! Vreau să văd că le înghiţi!

Am făcut aşa cum mi-a zis.

A doua zi dimineaţă m-am simţit de parcă nimic nu era în neregulă cu mine, şi nu-mi venea să cred că trebuia să mă găsesc într-un spital. Eram supărată că luasem supradoza de paracetamol, şi eram supărată pentru că-i spusesem domnului dr. Searle despre asta. Mă simţeam proastă şi vinovată, şi încercam să scap de sentimentele acestea povestind cu ceilalţi pacienţi despre problemele lor. Ascultam şi încercam să găsesc cuvinte prin care să-i încurajez şi să-i mângâi, străduindu-mă să-i ajut. Încercarea de a găsi un răspuns la problemele lor m-a ajutat să le uit pe ale mele.

Mă internasem în spital într-o miercuri şi am fost convinsă că până la sfârşitul săptămânii urma să fiu acasă. Am început să mă simt stânjenită la gândul că urma să-l întâlnesc pe dr. Searle. Eram îngrijorată că avea să spună că mă găseam aici cu acuze închipuite şi că risipeam banii alocaţi sănătăţii de la stat. Aveam impresia că am foarte mult de aşteptat până vineri.

Când în sfârşit m-a chemat o asistentă să intru în cabinetul doctorului, am fost surprinsă de cât de multe întrebări mi-a pus, mai ales cu privire la copilăria mea. Mă gândeam că a apucat-o într-o direcţie complet greşită în ce mă privea şi că-şi

pierdea vremea. Nu-mi puteam aminti niciodată nimic cu privire la copilăria mea şi, oricum, nu credeam c-ar fi putut avea vreo legătură cu faptul că acum mă găseam în spital.

Când m-a întrebat cum e relaţia mea cu părinţii mei în prezent, am fost sinceră cu privire la relaţia dificilă pe care o aveam cu mama. Şi i-am spus, scuzându-mă, că îmi era destul de teamă de tata, explicându-i că era un om vânjos, scandalagiu, puternic, şi că majoritatea oamenilor nu se simţeau în largul lor prin preajma lui. Eram convinsă că nimic din toate astea nu erau aspecte relevante.

Când m-a întrebat în cele din urmă de ce am luat o supradoză, m-am gândit că abia acum atinsese cu adevărat problema. I-am spus că din cauză că fusesem supărată pe mine pentru că nu mă străduisem mai mult în viaţă, din cauză că eram o ratată, din cauza anxietăţii şi a stresului pe care le pricinuisem lui John şi copiilor mei, din cauză că-i dezamăgisem atât de rău, din cauză că eram o persoană atât de rea. I-am spus că mă uram. Dar chiar şi după ce recunoscusem toate acestea, nu consideram că locul meu era într-un spital şi mă gândeam că urma să mă externeze.

La sfârşitul interviului, l-am întrebat:

— Când pot să plec acasă?

Era mijlocul lui septembrie, iar el mi-a spus hotărât:

— Dacă totul merge bine, ai putea pleca până la Crăciun.

Am fost şocată. Am dat mecanic mâna cu el şi am traversat coridorul în timp ce cuvintele lui continuau să-mi răsune în urechi. Cum era posibil să meargă bine aşa ceva?

Amintiri

Dr. Searle mi-a stabilit întâlniri regulate cu o doamnă psiholog, Wendy, care mi-a spus că mă menţineam ocupată în mod obsesiv, concentrându-mi toată viaţa asupra aspectelor exterioare, pentru a-mi suprima sentimentele negative din trecut, dar care acum răbufneau la suprafaţă. Ceea ce spunea ea avea logică, dar nu exista nimic de care să fi ştiut eu, sau de care să mă fi putut lega din trecutul meu şi care să explice modul în care mă simţeam în prezent.

Nu reuşeam să renunţ la convingerea mea că mă născusem rea şi nici la convingerea că mă străduisem din răsputeri să mă

schimb, dar falimentasem. Mă uram şi îmi doream să mor. Pentru mine nu era complicat, nu era nicio problemă, iar copilăria mea nu avea nicio legătură cu asta.

Dar exista o imagine care îmi venea regulat în minte, de obicei noaptea. Mă trezeam, toată transpirată şi îngrozită, având senzaţia că totul era real. Era o imagine în care eu eram copil, stăteam goală, în picioare, iar tatăl meu mă privea. Uram imaginea aceasta şi încercam să o dau la o parte, să mi-o scot din minte. Wendy m-a încurajat să vorbesc despre ea. Eu eram reticentă şi refuzam vehement, parcă încercând să uit totul. N-o înţelegeam şi nici nu voiam să-i permit să aibă vreo semnificaţie.

Prieteni îngrijoraţi

Am avut o mulţime de vizitatori, îndeosebi oameni de la biserica mea. Au fost şocaţi când au aflat unde mă găseam, pentru că fusesem „o persoană atât de jovială" şi mă purtasem atât de frumos cu toţi. Dar în realitate, chiar dacă nu eram gata încă să accept acest lucru, în interior eram vraişte şi eram zdrobită cu totul.

Simţeam că le datoram tuturor o explicaţie. Nu mă puteam opri din a mă strădui să mă ridic la nivelul aşteptărilor tuturor. Doream ca fiecare om în parte să simtă că s-a meritat să îmi facă vizita respectivă. După ce plecau, îmi derulam iar şi iar conversaţiile prin minte, şi mă pedepseam mintal şi fizic pentru faptul că nu spusesem ceea ce ar fi trebuit să spun. Îmi înfigeam unghiile în încheieturile mâinilor până sângeram şi îmi loveam încontinuu picioarele până reuşeam să le învineţesc de tot.

Cel mai violent atac asupra propriei persoane l-am întreprins după o vizită pe care mi-a făcut-o tata. O asistentă îngrijorată mi-a sărit în ajutor. Nu mă mai puteam opri din a-i spune că eram rea. Ea mi-a administrat un tranchilizant şi mi-a spus că avea să-l roage pe John să-i ceară tatălui meu să nu mă mai viziteze, cel puţin deocamdată.

Reacţiile părinţilor mei

Tatăl meu era un om masiv, puternic, irascibil, cu care toată

lumea umbla cu mănuşi. Cea de-a doua lui soţie îşi pierdea minţile încercând să prevină ieşirile sale violente. Ştiam că fusese condamnat de câteva ori la închisoare pentru acte de violenţă şi furt, unul dintre ele fusese chiar în perioada când mă născusem eu.

Anxietatea lui John era de înţeles când venea vorba să-i spună că nu mai avea permisiunea de a mă vizita. S-a întâlnit cu el în parcarea spitalului, au stat amândoi în aceeaşi maşină şi i-a spus că exista posibilitatea să fi fost abuzată în copilărie. I-a spus că spitalul îi cerea să nu mă mai viziteze deocamdată. John a fost şocat să vadă cum s-a aprins tatăl meu la faţă în timp ce asculta tăcut. Apoi, fără să mai spună nimic, a ieşit din maşină şi a plecat. Nu l-am mai văzut niciodată după aceea.

Şi altor persoane li s-a cerut să îşi reducă vizitele şi, cu toate că mă simţeam vinovată, m-am simţit totodată uşurată să scap de spectacolul pe care mă străduiam să-l pun în scenă. În cele din urmă, trecând peste faptul că modul în care mă simţeam în interior era deja prea mult pentru mine, efectul sedativ al medicamentelor m-a adus la capătul puterilor.

Nu îmi doream să mai văd decât o singură persoană, şi tânjeam ca ea să vină să mă vadă. Aceea era mama. Divorţase de mult timp de tata, şi îmi doream mai mult ca orice altceva s-o văd. Eram disperată să îmi arate că îi pasă de mine.

Din câte îmi aminteam, aşteptasem mereu un gest care să-i exprime dragostea, şi îi găsisem nenumărate scuze, şi mă acuzasem exclusiv pe mine atunci când m-a dezamăgit. În tot acest răstimp în care o aşteptam, îmi căutam înlocuitori. Când am terminat şcoala, înlocuitorul a fost managera magazinului unde lucram. După ce eu am devenit managerul, managera şefă mi-a fost noua „mamă". Apoi, soţia vicarului meu. Iar acolo, în spital, una dintre asistente. Fără ca măcar să-mi dau seama ce făceam, mă împrietenisem şi mă apropiasem de un şir întreg de femei şi încercasem, uneori cu succes, să le manipulez pe fiecare dintre ele să-mi fie mamă. Dar nevoia mea nu a fost niciodată satisfăcută.

Când m-am trezit ca pacientă într-un salon încuiat al spitalului de psihiatrie, mă simţeam ca şi cum ajunsesem în cel mai de jos punct al vieţii mele. Eram deprimată şi ruşinată. Iar dorul după dragostea mamei mele era uneori copleşitor. Mă purtam câteodată ca un copil, suspinând şi repetând la

nesfârşit: „Vreau la mama." La fel ca un copil, simţeam că dacă mama ar fi venit şi m-ar fi luat în braţe, totul ar fi fost în regulă.

Mama mea fusese secretara lui John. Prin ea l-am cunoscut. Într-o zi când ploua tare, el a condus-o pe mama acasă şi apoi am început să ne întâlnim. Mai întâi, ea nu a părut să aibă nimic împotrivă, dar pe măsură ce ne-am apropiat tot mai mult şi am început în cele din urmă să vorbim despre căsătorie, ea s-a întors împotriva lui. Legătura lui John cu mama a trecut dintr-o relaţie bună de serviciu în cea mai tensionată şi dificilă relaţie pe care a avut-o el vreodată, şi până atunci, şi de-atunci încoace. Ea se raporta la el strict profesional, iar când în sfârşit ne-am căsătorit, mama a ars orice fotografie de-a mea de copil şi nu a mai vrut să aibă nimic de-a face cu noi pe plan personal, ca familie.

Am încercat în mod repetat să rezolvăm problemele, dar întotdeauna sfârşeam într-un impas. Lucrurile nu au stat altfel cât timp am fost internată. Psihologul a luat legătura cu ea şi a rugat-o să vină să mă viziteze, dar ea a refuzat.

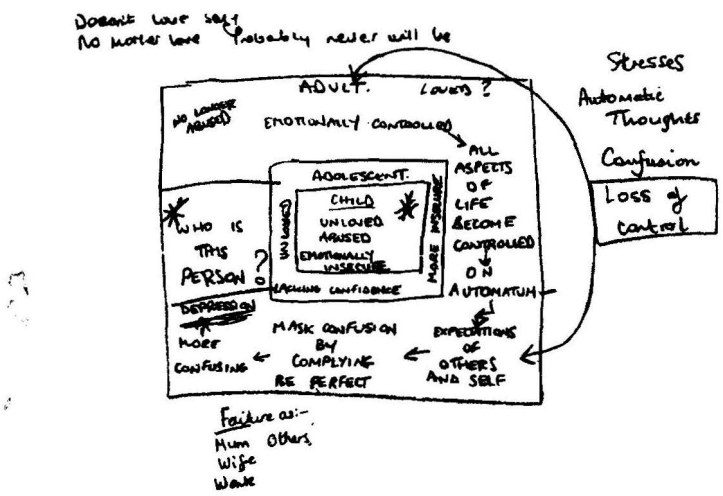
Diagnosticul psihiatric

În cele din urmă echipa de la psihiatrie care s-a ocupat de mine mi-a pus diagnosticul de depresie clinică severă, bulimie, tulburare obsesiv-compulsivă şi tendinţe de auto-mutilare şi de sinucidere.

Iată ce scrie în fişa mea medicală, care nu a fost completată de dr. Searle, ci de alt medic psihiatru consultant de la spital (dr. Franklin):

> *Acest caz nu este unul tipic... Simptomele dovedesc faptul că depresia lui Sarah conţine atât elemente de boală majoră (depresie endogenă), cât şi o reacţie firească la stres (depresie reactivă). E posibil, s-ar putea spune probabil, ca al doilea element să reprezinte consecinţa târzie a unui abuz sexual timpuriu.*

Iată analiza diagramată a cauzelor primare ale acelor condiţii de epuizare, iar această schiţă a fost realizată la acea vreme de asistenta care mi-a fost atribuită:



Nu se iubeşte pe sine
Nu este iubită de mama. Probabil nu va fi niciodată.

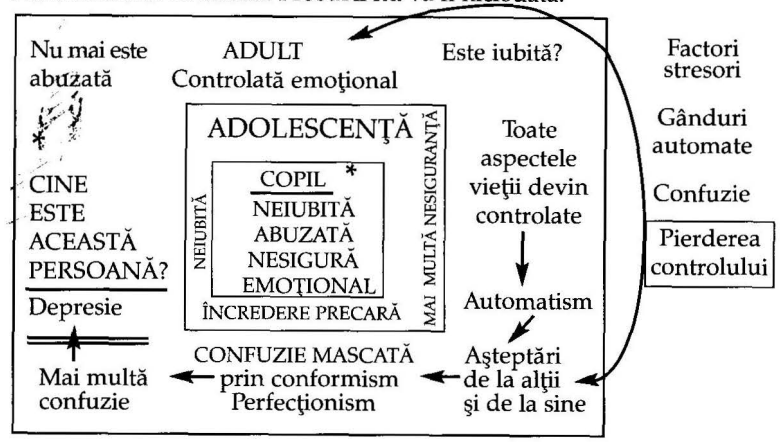


Figura 1.

E adevărat că eram deprimată şi plină de ură de sine, iar strigătul inimii mele era: „Cine sunt eu?", dar cum nu aveam nicio amintire a abuzului sau a neglijării suferite în copilărie nu-mi puteam accepta nici diagnosticul psihiatric. Cu toate că aveam probleme cu amândoi părinţii mei, şi se întâmplaseră unele lucruri în spital care păreau să confirme ceea ce afirma echipa psihiatrică, eram convinsă că se înşelau. Am continuat să cred că eram un copil foarte rău şi că părinţii mei erau în

esenţă nişte oameni buni care făcuseră tot ce putuseră mai bine în ceea ce mă priveşte.

Consolidarea negării

La acel moment nu înţelegeam că abuzul pe care-l suferisem în copilărie fusese atât de sever şi de dureros pentru mine încât, ca urmare, mă separasem (sau mă disociasem) în întregime de primii mei 18 ani de viaţă.

Dezvoltasem tot felul de metode complicate prin care-mi consolidasem negarea. Mintea mea, cu puterea ei fantastică de a raţiona, devenise atât de fin acordată la situaţie, încât se înălţa ca o adevărată fortăreaţă în jurul adevărului legat de trecutul meu. Convingerile false, precum minciuna că eram rea, deveniseră adevăr pentru mine. Şi foloseam permanent circumstanţele pentru a „dovedi" că ceea ce credeam eu era adevărul. Atunci când mama nu m-a vizitat la spital, asta mi-a *dovedit* că eram rea şi că nu meritam să fiu vizitată de ea. Şi mi-am sfârtecat încheieturile mâinilor pentru a mă pedepsi că îmi doream să fiu iubită de ea.

Echipa psihiatrică a lucrat din greu încercând să-mi amelioreze simptomele, prescriindu-mi diferite dozaje şi combinaţii de diferite tipuri de medicamente, şi încurajându-mă în toate modurile posibile. Nu le-a fost uşor, pentru că vinovăţia care sălăşluia în mine căuta mereu câte ceva de care să se ancoreze. Şi, din obişnuinţă, filtram absolut toate lucrurile bune care mi se spuneau, şi reţineam orice cuvânt negativ pe care reuşeam să-l găsesc, folosindu-l pentru a mă distruge.

Dar ei nu s-au dat bătuţi, şi le sunt adânc recunoscătoare. Am fost extraordinar de binecuvântată să am în jurul meu, de-a lungul călătoriei, oameni cărora le-a păsat întotdeauna de mine, chiar şi atunci când eu nu le-am putut primi ajutorul pe care mi-l ofereau. Îi mulţumesc în mod deosebit lui Dumnezeu pentru medicii care m-au menţinut în viaţă în acea perioadă.

Pe măsură ce treceau săptămânile şi lunile, m-am retras tot mai mult în interiorul meu. Mă simţeam de parcă m-aş fi aflat într-un tunel întunecat şi nu reuşeam să disting capătul acestuia. Singura modalitate de a supravieţui era să continui să-mi iau medicamentele şi să mă folosesc de avantajele ocaziilor care mi se ofereau de a vorbi cu un psihiatru şi cu un psiholog.

Cu toate că eram creştină, nu am găsit mângâiere în a citi

Biblia. O foloseam la fel cum procedam cu tot restul lucrurilor – pentru a mă distruge. Stăruiam asupra unor versete precum: „Aceasta este ziua pe care Domnul a rânduit-o, pentru ca noi să ne veselim şi să ne bucurăm în ea" (Psalmul 118:24), şi apoi încercam să fiu pozitivă şi bucuroasă, dar nu reuşeam să mă ridic deasupra sentimentului de disperare, care era atât de real pentru mine, şi să trec de dorinţa de a capitula în faţa vieţii. Iar atunci când eforturile mele de a fi o creştină „bună şi bucuroasă" sfârşeau prin a fi înfrântă, mă uram şi mă pedepseam şi mai rău.

Gândurile şi convingerile mele iraţionale şi adânc înrădăcinate nu au cedat, şi am continuat să mă agăţ cu încăpăţânare de planul meu de a evada: „Există o cale de scăpare din toate astea. O să mă ocup singură de viaţa mea." Totuşi, cumva, chiar şi în cele mai rele momente, se dădea întotdeauna o luptă în mine. Şi mă luptam să fac faţă acelei căi de evadare.

Luptele lui John

În ianuarie 1996, John s-a simţit uşurat când a fost invitat la spital să participe la o discuţie legată de tratamentul meu. Mult timp, el a continuat să adreseze mereu aceeaşi întrebare personalului psihiatric: „Care este soluţia pentru soţia mea?"

Echipa psihiatrică a analizat cu grijă toate datele din fişa mea de observaţie, discutând diferitele tipuri de medicamente pe care le încercaseră şi au examinat rezultatele obţinute din colaborarea cu psihologul. Ultima opţiune terapeutică o constituiau şocurile electrice, dar am refuzat. În cele din urmă, John l-a privit frustrat pe dr. Searle şi l-a întrebat: „Ce mai putem face de aici înainte?" Incapabil să-i ofere un răspuns, psihiatrul a ridicat din umeri şi şi-a ridicat braţele în aer.

Nu părea să mai existe nicio altă cale, iar John simţea că se apropia de capătul puterilor. Era în doliu după moartea tatălui său, care locuise cu noi timp de 10 ani şi care murise de cancer pulmonar în timp ce eu mă aflasem în spital. Iar la serviciu rămăsese singur, după ce managerul său şef demisionase. Mama mea era tot secretara lui, dar refuza să se aventureze în vreo conversaţie personală, darămite să-l mai şi ajute sau să-l sprijine în vreun fel. Şi trebuia să se îngrijească singur de cei doi copii ai noştri.

Se lupta să accepte starea mea psihică extremă şi motivele

cărora li se datora aceasta, motive care începeau să iasă încet la lumină. Cu toate câte le ştia despre mama şi cu toate suspiciunile pe care le avea referitor la tata, i-a fost greu să înţeleagă că eu eram atât de deprimată şi că aveam nevoie de doze atât de mari de medicamente psihiatrice, şi că se avea în vedere chiar să mi se administreze şocuri electrice, în scop terapeutic. Era îngrijorat la vederea şi la auzul tuturor cheilor pe care le zornăiau în mâini angajaţii în timp ce descuiau şi încuiau la loc uşile în spatele lui, atunci când venea să mă viziteze. Era o lume pe care niciunul dintre noi nu o experimentase înainte.

Eu fusesem o persoană care deţineam întotdeauna controlul vieţii mele, cu o carieră de succes în spatele meu ca manager de vânzări. Totuşi ajunsesem într-un punct în care fusesem pensionată definitiv pe motive de boală, şi acum nici chiar medicul psihiatru nu mai ştia cum să mă ajute.

O rază de speranţă

Ultima sugestie a doctorului Searle era tratamentul cu şocuri electrice, însă nu ne-a putut explica la ce efect se aştepta dânsul. N-am acceptat acest tratament în mare măsură din cauza parohului nostru din echipă, David, care preluase îngrijirea mea spirituală în locul lui Geoff. David mă vizitase împreună cu soţia sa, Caroline, şi afirmase că nu considera că tratamentul cu şocuri electrice era o idee bună. În acea perioadă mi-era frică de Dumnezeu, dar nu era vorba atât de o frică reverenţioasă, cât de frica de a-L dezamăgi şi de pedeapsa pe care avea să o îngăduie peste mine dacă nu făceam ceea ce-mi poruncea să fac.

De vreme ce nu mai existau alte opţiuni terapeutice pe care să mi le poată oferi spitalul, echipa a încercat a mă convinge să accept şocurile electrice. Chiar când am ajuns în punctul de a fi gata să accept, David a venit şi mi-a spus că luase legătura cu Ellel Grange, un centru de vindecare creştin din nordul Angliei, pentru a-i întreba dacă nu mă puteau ajuta în vreun fel.

Am fost invitată să îi vizitez pe o perioadă de 10 zile. Spitalul a fost de acord să mă externeze, punând însă două condiţii: prima era că trebuia să am un îngrijitor cu mine şi, a doua că, dacă nu mă întorceam cu o ameliorare semnificativă a stării mele, urma să fiu internată din nou şi silită să mă supun terapiei cu electroşocuri.

CAPITOLUL 2

Urăsc dragostea!

Când am ajuns la Ellel Grange, pe 28 februarie 1996, fusesem deja pacientă la psihiatrie timp de 5 luni. Aveam multe temeri, dintre care cea mai groaznică era o teamă profundă de oameni, în special de oamenii pe care-i cunoşteam. Mă temeam de ceea ce poate gândeau ei despre mine. Mă simţeam de parcă aş fi purtat pe frunte o etichetă pe care stătea scris „Nebună" şi pe care o vedeau toţi, şi-mi era atât de ruşine, încât m-am închis cu totul în mine.

Când ieşeam din spital pentru a merge în vizită acasă, stăteam închisă în casă, temându-mă să ies afară, chiar şi numai pentru a întinde rufele pe sârmă. Insistam ca John să parcheze maşina în garaj, astfel ca oamenii să creadă că nu eram acasă. Iar când auzeam soneria de la uşă, mă cuprindea panica, fugeam pe unde apucam şi mă ascundeam pe după un fotoliu sau pe după pat, să nu pot fi văzută pe vreun geam.

Au existat puţine situaţii în care John m-a convins să mergem la magazin, încercând să mă scoată din izolarea mea, la o viaţă normală, însă eu nu reuşeam niciodată să ajung până la casierie. Punându-i răbdarea la grea încercare, îl lăsam baltă lângă banda rulantă de la casă, cu o grămadă de bunuri ce trebuiau plătite, şi mă refugiam înapoi în maşină, unde mă simţeam în siguranţă.

În ultimii 12 ani, Ellel Grange a devenit un loc deosebit pentru mine. Totuşi, în timp ce Caroline, soţia parohului, conducea maşina virând pe lunga alee la acea primă vizită pe care o făceam acolo, mi-au scăpat cu desăvârşire frumuseţea şi liniştea ce caracterizează centrul Ellel Grange. Eram conştientă

de terenurile întinse din jur, dar când am păşit înăuntru prin uşile acelea enorme, până şi grandoarea frumoasei scări ce cobora în spirală în holul de la intrare mi-a scăpat atenţiei.

M-am ascuns în spatele Carolinei în timp ce ea se ocupa de formalităţile semnării de hârtii, la recepţie, nerăbdătoare să fug de orice om care se învârtea pe acolo în aşteptarea începerii programului planificat. Nu mă gândeam decât cum să mă retrag în siguranţa dormitorului meu.

Cea mai mare parte a celor 10 zile mi-am petrecut-o cu capul în pământ, de parcă credeam, într-un mod copilăresc, că dacă eu nu-i vedeam pe cei din jur, nici ei nu aveau să mă vadă pe mine. Îmi târam picioarele şi-mi ţineam mânecile trase mult în jos, pentru a-mi ascunde cicatricele de pe încheieturile mâinilor.

Un fundament defectuos

În prima seară am fost prezentată celor care urmau să mă consilieze pe durata vizitei mele. Numele lor erau Fiona, Paul şi Ann. De la bun început mi s-au părut a fi nişte oameni buni şi amabili. Iar tot ceea ce gândeam mai rău despre mine a răbufnit la suprafaţă. „Ei sunt buni, iar eu sunt rea. Ei sunt creştini buni. Vor fi şocaţi să afle ce creştină lamentabilă sunt eu... Dar chiar sunt creştină?... Probabil că nu... Nici nu ar trebui să mă aflu aici... Sunt atât de rea..."

Am simţit cum mă cuprinde panica, odată cu teama de necunoscut. Ce ar dori oamenii aceştia buni şi evlavioşi de la mine şi ce aşteptări au?

Realitatea era că nu ştiam nici ce aşteptări aveau ei de la mine, şi nici ce ar fi trebuit să aştept eu de la ei. M-am gândit că probabil urmau să se roage pentru mine, la fel cum o mai făcuseră şi alţii în trecut. Era în perioada Toronto Blessing [o mişcare caracterizată de fenomene supranaturale, care a început în ianuarie 1994 în cadrul Toronto Airport Christian Fellowship, mişcare ce a influenţat multe biserici din Marea Britanie] şi înainte să mă prăbuşesc completamente şi să fiu internată în spital, obişnuiam să particip săptămânal la întâlniri în stilul Toronto, „Vremuri de înviorare", care se organizau în biserica noastră. Îmi amintesc că tremuram, mă prăbuşeam pe podea şi mă manifestam la fel ca şi ceilalţi.

Aveam o mulţumire sufletească pentru că oamenii aceia erau dispuşi să se roage pentru mine, dar din păcate nu am experimentat vreun beneficiu pe termen lung.

Principala focalizare a echipei psihiatrice fusese asupra simptomelor exterioare, cu o medicaţie prescrisă în scopul de a le controla, iar sesiunile de terapie regulată aveau drept scop observarea modului în care puteam achiziţiona metode de a-mi schimba gândirea şi comportamentul. Din cauza faptului că eram bulimică şi subponderală, majoritatea planurilor de îngrijire în ceea ce mă privea erau centrate pe regimul alimentar. Dar, în cele din urmă, totul s-a rezumat la lupta mea împotriva asistentelor, la încercările mele de a mânca cât mai puţin posibil şi de a scăpa apoi cumva de tot ceea ce apucasem să înghit. Procedura de cântărire bisăptămânală nu a făcut nimic altceva decât să-mi alimenteze obsesia că eram grasă, ceea ce la rândul ei îmi alimenta ura faţă de mine însămi.

La Ellel Grange abordarea era complet diferită. Nimeni nu m-a întrebat nimic despre simptomele mele sau despre diagnosticul medical. Nimeni nu părea să observe dacă mâncam ceva la cină sau nu, ori dacă mă duceam mai apoi la baie pentru a vărsa tot ce mâncasem sau nu.

Toată atenţia le era îndreptată asupra adevărului spiritual şi asupra modului în care acesta lucrează în viaţa noastră. Erau sesiuni de predare organizate într-o sală mare de conferinţe, frumos ornamentată, la care participau toate persoanele consiliate. Şedeam pe câteva rânduri de scaune, alături de consilierii noştri, în timp ce profesorii ne vorbeau cu multă sensibilitate despre modul în care Dumnezeu ne-a creat pe fiecare dintre noi pentru a ne forma relaţii – pentru a iubi şi pentru a fi iubiţi. Dar dacă părinţii noştri nu ne-au încurajat şi nu ne-au mângâiat cât am fost copii, nu ne-au protejat şi nu ne-au stabilit limite corecte şi totodată o zonă de siguranţă care să prevină eşecul şi pedeapsa, noi am crescut asemenea unor plante care n-au fost udate şi îngrijite corespunzător. Nu am ajuns niciodată la întregul nostru potenţial, nu am înflorit niciodată în viaţă, ci am crescut plini de temeri şi nesiguranţe, plini de sentimente de non-valoare personală şi poate chiar plini de ură de sine.

Până atunci, îmi privisem boala mintală doar dintr-o perspectivă exterioară, analizând modurile în care aceasta mă

afectase pe mine şi pe alţii. Nu puteam sau nu doream să accept drept cauză primară existenţa unui abuz în copilărie, pentru că mi se părea a fi o modalitate de a da vina pe altcineva pentru felul în care eram eu. Nu mă puteam scuza, pentru că în ochii mei eu eram cea vinovată.

Învăţătura pe care am auzit-o la Ellel Grange era blândă, dar profundă. Mi-a oferit o nouă perspectivă şi m-a ajutat să încep să privesc lucrurile mai profund. M-a ajutat să înţeleg că viaţa mea, la fel ca a multor altora, probabil nu era clădită pe fundamentul sănătos al dragostei şi al adevărului, iar din această cauză eu nu mă vedeam ca fiind o persoană preţioasă şi de valoare, adică aşa cum afirmă Biblia că mă vede Dumnezeu.

Nu L-am înţeles pe Dumnezeu şi nu am putut pricepe dragostea Lui pentru mine. Nu am privit-o ca fiind generoasă şi necondiţionată, ci ca fiind o respingere, o dragoste dezaprobatoare, dură şi punitivă ori de câte ori „o dădeam în bară", ceea ce de fapt se întâmpla mai tot timpul. Gândisem întotdeauna că „dragostea cea bună" a lui Dumnezeu era pentru alţii, dar nu pentru mine.

Am început atunci să înţeleg că viaţa mea se derulase ca şi când aş fi purtat o pereche de ochelari care îmi distorsionaseră vederea. Unul dintre profesori a descris această realitate ca pe un morman de piese de puzzle pe care ai încerca să le aranjezi pentru a reda imaginea iniţială, dar cumva existau câteva piese lipsă, iar câte o piesă, ici-colo, aparţinea de fapt unei alte imagini.

De-a lungul celor 10 zile mi-am dat seama că trebuia să îmi evaluez ceea ce gândeam şi credeam, în lumina a ceva ce reprezenta adevărul-adevărat, iar acel ceva nu era alta decât Biblia. Niciodată până atunci nu ştiusem că Biblia putea fi atât de practică şi de relevantă. Existau câteva lucruri pe care le afirma şi care nu-mi plăceau deloc – nu-mi plăcea faptul că spunea că eram iertată, pentru că eu credeam şi mă simţeam că eram atât de vinovată, şi că meritam să fiu pedepsită. Dar, ştiind în inima mea că Biblia este Cuvântul lui Dumnezeu şi, astfel, adevărul absolut, am început să înţeleg că ea avea potenţialul de a-mi oferi un fundament pe care să-mi clădesc viaţa, chiar dacă nu avea să-mi fie deloc uşor să accept tot ceea ce susţinea ea. Răsări în mine în acel moment o rază de speranţă, ceva ce nu mai existase niciodată în viaţa mea.

Versetul cheie al Sejurului de Vindecare de 10 zile a fost Ţefania 3:17, iar unul din muzicienii de acolo a compus un cântec pe cuvintele acestui verset, un cântec pe care-l cântam cu toţii împreună. Primul vers spunea: „Domnul, Dumnezeul tău, se bucură de tine nespus, iar dragostea Lui îţi va da o viaţă nouă." Cu siguranţă că nu-mi doream viaţa pe care o trăiam, căci era un fel de existenţă moartă. Îmi doream acea viaţă nouă, însă îmi era foarte greu să cred că Dumnezeu chiar pregătise aşa ceva pentru mine şi, chiar mai greu, să cred că El S-ar bucura nespus de mine.

Moştenirea lăsată de trecutul meu

Unii oameni vor spune că tot ce aveam de făcut era să înlocuiesc minciunile pe care le credeam cu adevărul. Dar simpla înlocuire a afirmaţiei că „sunt rea" cu aceea că „Dumnezeu spune că «sunt bună»" nu influenţa cu nimic trecutul meu de a fi trăit cu această convingere de când mă ştiam. Întreaga mea viaţă se formase şi se modelase în jurul acestei convingeri.

Cu toate că la un anumit nivel nu părusem să am vreo problemă înainte să mă fi internat, realitatea era că aveam multiple probleme interioare şi tulburări complexe de personalitate. Nu avusesem niciodată amintiri ale primilor mei 18 ani de viaţă şi-mi petrecusem întreaga viaţă străduindu-mă să fac în aşa fel ca totul să pară bine în exterior, dar să ţin ascuns, mai ales faţă de mine însămi, ceea ce credeam că era rău în interior.

Strădaniile mele erau legate de tortura perfecţionismului care cerea mereu mai mult, fără a fi vreodată destul. Iar stilul de viaţă perfecţionist devenise tot mai plin de ritualuri şi de obsesii, în fiecare domeniu al vieţii mele.

Îmi făceam liste detaliate şi meticuloase cu tot ce credeam că trebuia să realizez în fiecare zi, şi îmi bifam sârguincioasă toate sarcinile odată realizate, dar, aşa cum observase dr. Searle, întotdeauna reuşeam să mă auto-condamn eşecului. Listele erau mult prea lungi şi se îmbogăţeau mereu. Situaţia devenise pur şi simplu sortită eşecului: indiferent cât de mult mă străduiam, nu reuşeam niciodată să realizez tot ce-mi propuneam să fac, ceea ce conducea întotdeauna la un

sentiment profund de înfrângere şi de auto-condamnare, care se soluţiona mai apoi prin dorinţa de a face şi mai mult.

Până în seara când am fost internată în spital toate lucrurile din casa noastră erau permanent într-o ordine exemplară: ornamentele de pe poliţa căminului, franjurii covoarelor, prosoapele de la baie, vesela şi cutiile cu alimente de pe rafturi. Reţetele culinare trebuiau respectate ad literam. La fel era şi în grădină: ghivecele stăteau aliniate în seră ca nişte soldaţi la paradă, iar straturile de flori erau plantate în linii perfect drepte, care fuseseră măsurate cu atenţie pentru a fi absolut echidistante.

Când s-au născut Tim şi Beth, nu aveam nicio noţiune în privinţa modului în care să mă ataşez şi să mă comport cu ei. Îmi întocmeam liste, din cărţile de îngrijire a copiilor, cu toate sarcinile pe care le atrage după sine îngrijirea bebeluşilor, şi munceam din greu să le îndeplinesc pe toate. Am avut grijă de copiii mei şi am fost atentă ca tot ce era în jurul lor să fie curat şi la locul lui. Când se jucau, le strângeam permanent jucăriile din spatele lor, iar când dormeau mă trezeam noaptea să le aranjez şi să le întind plăpumioara.

Adusesem toată această străduanie şi în viaţa mea de creştină, care din păcate nu era nimic altceva decât o listă de sarcini ce se cereau îndeplinite cu stricteţe. Îmi citeam Biblia, mă rugam mecanic, trecând cu meticulozitate prin lista mea de rugăciune, şi luam parte la serviciile religioase. Nu puteam să mă relaxez şi să primesc iertarea şi eliberarea pe care o câştigase Isus pentru mine. Nu ştiam cum să mă relaxez şi să „mă ancorez în harul lui Dumnezeu". Cuvinte de felul acesta nu erau decât limbaj de lemn pentru mine. Nu înţelegeam ce însemna aceasta. Nu, eu voiam legea! – reguli şi norme ce trebuiau respectate şi la care aveam de lucrat. Nu aş fi ştiut cine sunt eu fără ciclul străduaniei, al eşecului, al sentimentelor de vinovăţie şi al auto-pedepsirii, ca apoi să îmi reiau străduania.

În disperarea mea de a găsi o anume bază solidă, un anume sentiment al siguranţei interioare, tulburarea obsesiv-compulsivă (T.O.C.) cucerea redută după redută în fiecare domeniu al vieţii mele. În cele din urmă a preluat controlul asupra alimentaţiei şi a situaţiei mele ponderale, m-a adus în pragul inaniţiei, m-a îmbolnăvit şi m-a făcut dependentă de laxative.

În realitate, mă stăpâneau T.O.C. şi bulimia. Uram îngrijorarea mea permanentă cu privire la mâncare şi presiunea listelor, curăţenia, ordinea, verificarea, re-verificarea, şi incapacitatea mea de a mă relaxa. Îi invidiam pe cei care se simţeau bine în casele lor. Totuşi, dacă în casa mea nu era totul în perfectă ordine şi dacă nu munceam permanent la menţinerea acestei ordini desăvârşite, eram îngrozită că totul avea să scape de sub control.

În cele din urmă ajunsesem în punctul în care nu mai puteam trăi sub toată presiunea pe care o creasem singură asupra mea, dar nici nu puteam trăi fără ea. Cumva, ea mă ajuta să mă simt stăpână pe viaţa mea.

Moştenirea convingerii de-o viaţă că eu sunt rea era ca o condamnare la închisoare. Îmi răpise spontaneitatea şi bucuria. Îmi transformase căsnicia şi raportarea mea la copii în ceva mecanic şi indiferent, iar viaţa mea nu devenise nimic mai mult decât o listă revendicativă de sarcini care se cereau îndeplinite. În final ajunsese să îmi provoace o depresie severă, tendinţe de auto-mutilare şi de sinucidere, toate acestea fiind cu totul devastatoare pentru John şi pentru copiii mei.

Începutul călătoriei

Viaţa mea era o mare harababură, ca un ghem încâlcit de lână, şi nici măcar nu ştiam unde era capătul firului, ca să încep cel puţin să-l descâlcesc.

În îndurarea Sa, Dumnezeu ştia totul şi avea un plan prin care era gata să mă călăuzească pas cu pas, dacă eram dispusă să umblu împreună cu El şi cu echipa dedicată de la Ellel Grange, cărora El le ceruse să mă ajute.

Dacă aş fi ştiut că această călătorie spre vindecare avea să îmi ia 10 ani, nu cred că m-aş mai fi întors vreodată la Ellel Grange. Faptic vorbind, centrul acesta se găseşte la aproape 500 de kilometri sud de casa mea şi de spital. Iar gândul la 10 ani de luptă cu probleme emoţionale ar fi constituit o perspectivă copleşitoare, nu doar pentru mine şi John, dar şi pentru echipa de la Ellel Grange. Însă acum pot spune cu inima plină de recunoştinţă că sunt atât de fericită că metodele lui Dumnezeu nu sunt metodele noastre.

Cu toate că îmi doream cu disperare o copie după agenda de lucru a lui Dumnezeu, încât să-mi pot face şi eu o idee cu privire la ce urma să fac şi să mă apuc serios de treabă, El nu mi-a dat-o! Mi-a revelat doar faptul că El va lucra pas cu pas, câte un pas o dată. Nu mi-a aprins o lumină spre viitor şi nu mi-a arătat cărarea ce se aşternea înaintea mea.

M-am gândit adesea la faptul că această călătorie în care m-a purtat Dumnezeu se aseamănă în mare măsură cu o expediţie pe munte. Nu am putut ajunge la serpentinele dinspre vârf, chiar şi avându-L pe El drept călăuză, până când nu am fost pregătită să parcurg serpentinele inferioare. A trebuit să învăţ lucrul de care urma să depind în cea mai mare măsură în vremurile grele ce se aşterneau înaintea mea – dragostea imensă şi necondiţionată a lui Dumnezeu – într-un mod pe care nu-l cunoscusem niciodată până atunci.

El a lucrat prin John, care n-a încetat nicio clipă să mă susţină şi să mă încurajeze, indiferent de preţul personal pe care l-a avut de plătit, şi prin Fiona şi echipa de la Ellel Grange.

Un model al lui Isus şi al relaţiei cu El

Echipa era dispusă să asculte în rugăciune vocea lui Dumnezeu pentru binele meu şi să petreacă multe ore arătându-mi cum este El în realitate. Ei mi-au ascultat cu multă răbdare glasul inimii, m-au încurajat, m-au susţinut, au râs şi au plâns împreună cu mine, şi nu s-au temut să mă confrunte cu multă dragoste atunci când am avut nevoie de aşa ceva. Şi-au deschis inima faţă de mine şi, cu toate că mi s-a părut realmente imposibil să primesc ceea ce-mi ofereau, ei mi-au arătat într-o mulţime de moduri că le păsa cu adevărat de bunăstarea mea fizică, psihică, emoţională şi spirituală.

În esenţă, pe perioada acelor prime 10 zile petrecute la Ellel Grange, echipa mi L-a înfăţişat pe Isus, caracterul şi natura Sa, şi relaţia pe care o aveau ei cu El. Din cauza faptului că ei toţi proveneau din familii creştine solide şi erau ei înşişi creştini maturi, au putut ţine sus standardul adevărului care m-a ajutat să văd deformările propriei mele vieţi.

Am observat că aveau o dragoste adevărată faţă de Isus, care se ridica deasupra circumstanţelor. Era răspunsul pe care I-l dădeau Lui, din adâncul inimii lor. Ei Îl cunoşteau în mod

intim, Îi auzeau vocea şi credeau cu putere în promisiunile Sale. Chiar şi atunci când şedeam în faţa lor, uneori doborâtă de disperare, ei credeau cu putere în El, că mă putea vindeca. Îl lăudau pentru tot ceea ce săvârşise El pe cruce şi îşi exprimau recunoştinţa pentru tot ceea ce avea în acea zi în inima Lui pentru mine. Au alungat lucrările întunericului şi au proclamat vindecarea Sa. Au avut încredere în El şi un sentiment profund al păcii şi al bucuriei, care nu era fals sau trecător, iar eu ştiam că nu aveam nimic din toate acestea.

O importantă piatră de hotar

Psalmul 42:7 spune: „Un adânc cheamă un alt adânc", şi exact asta am experimentat şi eu. Pe măsură ce membrii echipei îmi prezentau drept model propria lor relaţie cu Isus, Duhul lui Dumnezeu din adâncuri, care era şi în duhul consilierilor mei, atingea adâncul duhului meu. Şi ajungând în punctul acesta îmi doream să am şi eu ceea ce vedeam în viaţa lor.

Cu toate că eram disperată să fiu vindecată de temerile şi obsesiile mele, de tulburarea mea de alimentaţie, de depresie şi de ura faţă de propria persoană, să fiu liberă de etichetările şi medicamentele psihiatrice şi să pot trăi o viaţă „normală" împreună cu soţul şi familia mea, am găsit ceva la Ellel Grange ce îmi doream chiar mai mult. Îmi doream să am aceeaşi reacţie faţă de Isus pe care o vedeam în aceşti oameni. Îmi doream să mă simt atât de sigură în ceea ce a făcut El pentru mine pe cruce, încât singura mea reacţie să fie dragostea mea pentru El, umblând cu El într-o relaţie vie, zi de zi, având încredere şi siguranţă în El, indiferent de circumstanţe.

Faptul că am ajuns la această piatră de hotar a reprezentat un punct cheie al călătoriei mele, pentru că mă aşteptau multe momente când Dumnezeu urma să mă încerce. Iar eu trebuia să mă hotărăsc dacă doream să continui cu strategia mea de a-mi anestezia durerea negând-o sau dacă doream să aleg strategia Lui, şi să mă expun amintirilor din trecut, cu încredinţarea că El era destul de puternic să mă susţină în trecerea mea prin toate acestea. El urma să mă aducă şi în faţa alegerilor pe care le aveam de luat şi să hotărăsc dacă doream sau nu să urmez exemplul lui Isus de a ierta ceea ce părea de

neiertat, dacă doream sau nu să renunţ la temerile mele şi dacă doream sau nu să mă desprind de mângâierile false.

Toate aceste alegeri nu au fost niciodată uşoare. Dar dacă nu s-ar fi născut în mine dorinţa unei relaţii cu El mai mare decât dorinţa de vindecare, atunci nu ar fi existat în mine nimic la care să poată lucra Duhul lui Dumnezeu.

Disperarea şi naşterea speranţei

Am avut privilegiul imens de a participa la Sejurul de Vindecare de 10 zile. Am învăţat atât de multe şi am descoperit o sămânţă a speranţei pe care n-o avusesem niciodată. Totuşi exista în mine o parte foarte reală care dorea să continue să controleze totul cu stricteţe, mai ales ambientul meu şi mâncarea ce intra şi ieşea din trupul meu, şi totodată continua să existe şi o puternică dorinţă fundamentală de a renunţa pur şi simplu la tot şi de a muri.

Însă urma să mă întorc la spital cu o mulţime de gânduri în minte, iar atunci, pe neaşteptate, în ultima zi, Fiona m-a întrebat: „Dacă dorim să ne mai întâlnim cu tine, eşti dispusă să parcurgi acest drum, indiferent de costuri?" Cu toate că nu eram pregătită pentru întrebarea ei, am răspuns: „Da!", din două motive importante.

- Primul era disperarea. Uram viaţa mea aşa cum era ea atunci. Ştiam că în interior eram diferită de ceea ce arătam în exterior. Existau momente când eram singură şi mă priveam în oglindă şi mă holbam confuză la imaginea pe care o uram. Cu un ton agresiv îmi şopteam atunci: „Tu cine eşti?" Şi nu puteam răspunde acestei întrebări.

Era ca şi când toată viaţa mea aş fi fugit de mine însămi. Mă săturasem, însă nu ştiam cum să mă opresc. Nu reuşeam să-mi rezolv problema şi să fiu pur şi simplu eu însămi – nu ştiam cum să fac asta, şi nici spitalul nu avea soluţia care m-ar fi putut ajuta. Cu toate că eram plină de temeri, disperarea mea era îndeajuns de mare ca să-mi doresc a îngădui să fie dată lespedea la o parte indiferent de ce era ascuns în mine, astfel încât să pot fi transparentă, să fiu în interiorul meu la fel cum eram şi în exterior.

- Al doilea motiv era acela că la Ellel Grange vedeam că Dumnezeu îmi oferea ceva chiar mai preţios decât vindecarea mea şi, de undeva din adâncul meu, îmi doream acel lucru.

Ellel Ministries

M-am întors la spital cu acea sămânţă infimă de speranţă, iar echipa psihiatrică a fost încântată să vadă pentru întâia oară o schimbare pozitivă în mine. Wendy, psihologul, mi-a cerut cópii audio ale învăţăturii pe care o ascultasem la Ellel Grange, iar mai târziu mi-a spus că mesajul transmis era de foarte mare ajutor. Doctorul Searle şi-a revizuit indicaţia pentru terapia cu electroşocuri, fiind de acord să fiu externată şi îndrumată spre Ellel Ministries pentru a fi ajutată în continuare, dar punând condiţia să fiu însoţită de un îngrijitor.

Brusc, mi se deschidea în faţă o cale pozitivă. Eu şi John ne-am simţit uşuraţi şi recunoscători.

Am început călătorii regulate fie la Ellel Grange, fie la celelalte centre Ellel din sudul ţării, pentru a mă întâlni separat cu Fiona şi cu un alt consilier, în fiecare loc cu altcineva. Trebuie să spun din capul locului că am fost însoţită de Caroline, care era îngrijitoarea mea.

În cadrul spitalului de psihiatrie am devenit din pacientă internată, o pacientă cu regim ambulatoriu. Aceasta însemna că trebuia să fiu la spital de la nouă la cinci, cinci zile pe săptămână, atunci când eram în oraşul meu, având-l ca medic pe doctorul Searle, care era de acord cu sprijinul creştin primit prin Ellel Ministries.

Conflictul dragostei

La început am fost totalmente prizoniera încercării mele de a fi „bună" şi de a-mi mulţumi consilierii, la fel cum încercasem să fac la primul Sejur de Vindecare. Am făcut tot ceea ce mi-au cerut să fac. Chiar şi atunci când îmi cereau să mă rog, mă rugam. Când mă întrebau dacă pot ierta, iertam. Când mă întrebau dacă simţeam că aveam nevoie de pocăinţă, mă pocăiam. Când plecau seara acasă, îi lăsam de bunăvoie să plece.

Dar prin ei Dumnezeu, în îndurarea Sa, pătrundea până în esenţa fiinţei mele. Pentru că îmi ofereau timpul lor şi îşi manifestau practic toată răbdarea, blândeţea şi bunătatea dragostei lui Dumnezeu prin felul în care se raportau la mine, ceva din adâncul meu s-a tulburat. Era ca şi când căldura dragostei pătrundea până într-un loc adânc din mine care fusese îngheţat multă, tare multă vreme.

Acel loc din mine începu să se topească şi treptat revenea în adevăratul sens al cuvântului la viaţă. Semăna întocmai cu sentimentul de lăcomie pe care-l cunoşteam, atunci când mă înfometam şi îmi venea să înfulec orice fel de mâncare pe care o prindeam în mâini. Dintr-un anume loc din adâncul meu, mi-am dorit dintr-odată să acaparez şi să-mi însuşesc orice atingere, orice îmbrăţişare, orice urmă de bunătate şi blândeţe pe care le puteam primi. Eram de-a dreptul disperată după toate acestea.

Şi totuşi în acelaşi timp, exact cum îmi refuzam mâncarea, aveam un răspuns extrem de negativ şi de violent la dragoste. Eram suspicioasă faţă de dragoste şi faţă de motivele ce se ascundeau în spatele ei. Şi, pe măsură ce timpul trecea, dorinţa mea de a-i mulţumi pe cei din jur şi de a mă ridica la înălţimea aşteptărilor oamenilor făcu loc unei reacţii auto-protectoare şi pline de neîncredere faţă de dragostea pe care Dumnezeu mi-o arăta. Au existat multe momente când tulburarea mea interioară a explodat şi când a fost evident că imaginea „bună" pe care mi-o făurisem pe dinafară nu se potrivea nicidecum cu harababura mea dinăuntru.

Am devenit respingătoare şi am început să judec, împroşcând întrebări pline de mânie şi acuzaţii amare spre echipă, ca o mitralieră cu foc automat: „De ce sunteţi aşa de drăguţi? Nu mă iubiţi cu adevărat! De ce vreţi să mă îmbrăţişaţi? Pentru că asta vă este slujba? Pentru că asta v-a spus Dumnezeu să faceţi?" Gesturile pline de dragoste şi bunătate îmi generau o repulsie care mă determina să resping sau să mă reped la orice om care îmi arunca un colac de salvare.

Dragostea o percepeam ca pe ceva rău. Ca pe ceva greşit. Şi simţeam că era ceva greşit din cauză că mi-o doream, dar mai ales din cauză că mi-o doream ca un copil. Cu toate că în adâncul fiinţei mele îmi dorisem toată viaţa dragoste, întotdeauna îmi găsisem motive că nu ar fi trebuit să mi-o doresc şi că nu ar fi trebuit să o primesc: „Sunt rea; sunt insuportabilă; sunt murdară; sunt respingătoare; mă urăsc; nu merit să fiu iubită."

Însă Dumnezeu îmi revela adevărul că toate eforturile mele de a ucide dorinţa mea de dragoste nu avuseseră niciun succes, ci reuşiseră doar să o reprime, producând asupra ei o

asemenea presiune, încât nu mai putea fi stăpânită multă vreme şi era gata să explodeze în orice moment.

Îmi era ruşine de intensitatea dorinţei mele. Mi se părea degradant să tânjesc, adultă fiind, să fiu îmbrăţişată, atinsă şi dezmierdată. Uram toate acestea. Şi, din această cauză, la fel cum refuzam mâncarea, mă luptam şi respingeam tocmai dragostea de care Dumnezeu ştia că am atâta nevoie şi pe care o revărsa asupra mea prin intermediul echipei.

Când se apropiau de mine să mă îmbrăţişeze, îi respingeam. Când îmi făceau un compliment, nu-i credeam. Când îmi ofereau ceva de mâncare, le spuneam că nu îmi era foame, iar atunci când îmi dădeau cadouri, le înapoiam. Mă luptam din răsputeri încercând să-i fac pe Fiona şi pe ceilalţi din echipă să mă respingă.

Era ca şi când s-ar fi dat un adevărat război civil înlăuntrul meu. Tânjeam după dragoste, dar în acelaşi timp existau convingeri profunde ce mă împiedicau s-o pot primi, convingeri care spuneau:

— Dragostea este ceva rău
— A-ţi dori dragoste este ceva rău
— Nu poţi avea încredere în dragoste
— Dragostea îţi va face rău
— Urăsc dragostea.

Ştiam că toate aceste afirmaţii se aflau în contradicţie totală cu ceea ce afirmă Biblia despre dragoste, şi anume că dragostea este ceva bun:

> Dragostea este răbdătoare, dragostea este plină de bunătate, nu este invidioasă, dragostea nu se laudă, nu este mândră, nu se comportă indecent, nu-şi urmăreşte propriile interese, nu se supără, nu se gândeşte la rău, nu se bucură de nedreptate, ci îşi găseşte bucuria în adevăr, suportă totul, crede totul, nădăjduieşte totul, suferă totul. Dragostea nu se sfârşeşte niciodată.
>
> (1 Corinteni 13:4-8)

Şi aceasta era dragostea pe care o revărsau asupra mea cei din echipă. *Era* acceptare necondiţionată. Şi ea nu s-a schimbat

atunci când eu m-am schimbat. Nu se simţea ofensată atunci când eu reacţionam cu mânie. A perseverat şi a refuzat să cedeze.

Rădăcini îngropate

După fiecare izbucnire de obrăznicie şi mânie, şi au fost multe izbucniri de genul acesta, mă simţeam foarte vinovată şi îmi era îngrozitor de ruşine. Atitudinile şi comportamentul meu negativ au devenit un combustibil proaspăt care să-mi alimenteze minciuna că în străfundurile fiinţei mele *eram* rea. Iar şi iar cădeam în vâltoarea ciclului auto-acuzărilor amare şi a dorinţei de a mă pedepsi şi de a-mi face rău.

Însă Dumnezeu Care spune: „Căci milă doresc, nu jertfă" (Osea 6:6) acţiona chiar şi în acele momente, pentru a-mi arăta că inima Lui dorea să binecuvânteze, nu să pedepsească. Şi am început să învăţ că El mă chema să privesc dincolo de problema păcatului care mă devastase. El Îl trimisese pe Isus să plătească preţul pentru acel păcat.

Cuvântul Său pentru mine a fost: „Veniţi acum să ne judecăm" (Isaia 1:18), atunci când mă chema să privesc nu atât la *cum* reacţionam la dragoste, ci *de ce* reacţionam în modul acela. Aveam nevoie să văd rana ce supura sub pojghiţă.

Cu toate că îmi lipseau amintirile din copilărie, ştiam că mă născusem înainte ca părinţii mei să se căsătorească, iar mama îmi spusese în repetate rânduri, chiar şi când crescusem mare, că îşi dorea să mă fi dat spre adopţie. Şi nu exista nicio îndoială că-l prefera pe fratele meu. În ciuda faptului că fusese exmatriculat de la şcoală, că ajunsese la şcoala de corecţie şi mai apoi la puşcărie, întotdeauna îl primea înapoi cu braţele deschise. Ea îmi spusese că mamele îşi iubesc întotdeauna mai mult fiii decât fiicele, şi am crezut-o.

Când am început să mă gândesc, nesigură, la cuvintele mamei mele şi la atitudinea pe care ea a avut-o faţă de mine, Dumnezeu a început să lucreze atât direct, cât şi prin intermediul echipei de consilieri, ajutându-mă să accept adevărul că mama mea nu mă iubise niciodată. A fost foarte dificil să fac faţă acestei realităţi.

Mai târziu, am început să-mi reamintesc chinuitoarele momente când tatăl meu m-a abuzat sexual în mod repetat pe

durerea și pustiul din inimă

tot parcursul copilăriei. Dar, în esenţă, cea mai adâncă sursă a durerii din viaţa mea a fost faptul că nu am primit nicio mângâiere din partea mamei mele. Acesta a fost cel mai dificil lucru pe care a trebuit să-l înfrunt în călătoria mea spre vindecare.

Din nefericire, există mulţi, foarte mulţi oameni care sunt victime ale abuzului sexual şi astăzi, abuz care le produce răni devastatoare. Dar personal cred că muşamalizarea ce însoţeşte acest abuz este cea care generează profunzimea rănilor.

Atunci când nu există alinare, instinctul de supravieţuire preia conducerea. În cazul meu, acest lucru a însemnat o viaţă întreagă de „cioplire şi zăvorâre", îngroparea şi negarea tuturor lucrurilor care erau prea greu de acceptat, astfel că mi-am folosit mintea şi voinţa puternică de a le păstra ascunse. A fost un mod extrem de adaptare, chiar şi la abuzul sexual, dar îmi oferea un „loc sigur", un loc în care nu trebuia să-mi înfrunt durerea şi pustiul din inimă.

Acesta a fost modul meu de a mă consola, prin care toate convingerile eronate deveniseră cât se poate de puternice în viaţa mea, şi care m-a făcut să primesc aşa de greu dragostea după care eram atât de disperată. Cât timp credeam că dragostea era ceva rău, nu trebuia să înfrunt realitatea că am fost creată pentru a iubi şi pentru a fi iubită (la fel cum suntem noi toţi), realitatea durerii provocate de toate lucrurile de care am fost privată în copilărie şi golul lăsat de toate aceste lucruri. Şi câtă vreme credeam despre mine că eram rea, puteam scuza atitudinea mamei mele faţă de mine şi puteam evita înfruntarea durerii nedreptăţii de a fi fost abuzată.

Toate acestea, însă, erau mecanisme de apărare care se consolidaseră de-a lungul vieţii. Era ca şi când ar fi fost îngropate sub un strat de ciment şi pur şi simplu nu mă mai puteam elibera de ele. Toată fiinţa mea îmi spunea că dragostea nu era ceva bun.

Astfel că, din start, lupta de a accepta dragostea şi de a-mi îngădui să primesc ceva plăcut, la fel ca şi lupta pe care o duceam cu mâncarea, era intensă. Dar, asemenea apei ce se prelinge pe o stâncă şi care în cele din urmă o erodează, şi Dumnezeu a continuat să-Şi reverse dragostea şi, puţin câte puţin, mecanismele mele de apărare au început să-şi piardă din putere.

El nu S-a atins de acea parte din minte care se războia, se împotrivea şi care îşi dorea să-şi păstreze toată auto-protecţia. În acel loc sălăşluia frica. El a lucrat la duhul meu care, atunci când suntem născuţi din nou, este locuit de Duhul Sfânt al lui Dumnezeu, şi este locul de unde noi, copiii Dumnezeului celui viu, vom striga: „Abba, Tată" (Romani 8:15). El a pătruns până în locul de unde eu tânjeam după El.

Era un loc sensibil, plăpând, mai ales în comparaţie cu intensitatea luptei ce se dădea în restul fiinţei mele, dar era un loc al adevărului, iar acolo Dumnezeu putea lucra.

CAPITOLUL 3

Scara spre libertate

> Tu mă învălui pe dinapoi şi pe dinainte şi-Ţi pui mâna peste mine. [...] Unde să plec dinaintea Duhului Tău, unde să fug dinaintea feţei Tale? Dacă mă sui în cer, Tu eşti acolo! Dacă îmi întind patul în Locuinţa Morţilor, iată-Te şi acolo! Purtat de aripile zorilor, mă aşez la capătul mării, dar şi acolo mâna Ta mă conduce şi dreapta Ta mă apucă.
>
> (Psalmul 139:5, 7-10)

Nu aveam nicio îndoială că Dumnezeu era cu mine. Ştiam că Duhul Lui cel Sfânt era în mine, călăuzindu-mă şi sprijinindu-mă. Cu toate astea, deşi pe atunci mai pătrundea câte o scăpărare de lumină până în întunericul meu şi acceptam câte ceva din adevărul legat de sursa problemelor mele, sau din adevărul legat de dragostea lui Dumnezeu, se părea că nu mă puteam ancora în acesta şi alunecam rapid înapoi în negativism.

În tulburarea şi confuzia mea, mă prăbuşeam sub povara anxietăţii şi a disperării, iar Dumnezeu ajungea să îmi pară din nou distant şi insensibil. Mă luptam să cred că El era alături de mine sau că exista o cale pozitivă înaintea mea care să poată conduce la o libertate autentică.

Biblia spune că Dumnezeu „vă va răsplăti pentru anii pe care i-au mâncat lăcustele" (Ioel 2:25), dar nu puteam înţelege cum mă va putea El elibera de toată ruşinea şi de frica pe care le simţeam în mine şi cum ar fi putut vreodată compensa tot ceea ce fusese pierdut. Eram mâhnită că ajunsesem pacientă la psihiatrie şi că lunile în care nu eram capabilă să trăiesc o viaţă

normală deveneau ani, că relaţia mea cu John şi copiii era atât de disfuncţională şi că familia mea suferea.

Timp de trei ani de zile m-am ascuns în spaţii închise, fie acasă, fie la Ellel Grange, sau, mai mult ca oriunde altundeva, chiar şi la spital. Nu am stat în spaţii deschise în afara acelor trei incinte. Un microbuz al spitalului mă lua de la uşa casei mele şi mă ducea la spital şi înapoi. Iar când mergeam la Ellel Grange, cu toate că nu mi-a fost niciodată frică să fiu singură în maşină şi să conduc o distanţă atât de mare, rezervorul maşinii trebuia umplut până la refuz, încât să nu trebuiască să mă opresc la vreo staţie de benzină pe drum. În maşină mă simţeam stăpână pe mine şi în siguranţă. Dar nu aş fi putut călători cu trenul sau cu autocarul, din cauză că aveam o mare frică de oameni.

Cu toate că, într-un anume sens, fusesem recuperată şi mă aflam în procesul de refacere, eram în continuare stăpânită de teama de a nu fi eu cea care deţine controlul şi de o teamă obsesivă de oameni. Temerile păreau să izvorască dintr-un loc adânc din interiorul meu, cu care nu mă puteam conecta şi pe care nu-l înţelegeam. Totuşi aceste sentimente erau epuizante şi mă trezeam frecvent în plină luptă de rezistenţă împotriva imboldului disperat de a-mi lua viaţa. Era o luptă pe care nu aş fi câştigat-o dacă nu ar fi fost Duhul lui Dumnezeu cu mine şi dacă El nu ar fi acţionat în viaţa mea.

Pe fundul fântânii

Era de parcă aş fi fost prinsă într-o capcană pe fundul unei fântâni adânci şi întunecate, iar când mă întorceam la Ellel Grange pe perioade mai lungi, Fiona, Anna şi, mai târziu, şi alţii au fost ca o echipă de salvatori ce stăteau sus, la marginea fântânii, îndreptându-şi lanternele aprinse în jos spre mine şi spunându-mi de acolo, de sus, că exista o cale de ieşire.

Şedeam în fotolii moi în camera pe care o foloseam întotdeauna pentru consiliere. Era camera alăturată dormitorului meu şi avea o fereastră ce dădea spre o salcie imensă. Priveam acel copac schimbându-se odată cu trecerea anotimpurilor şi ascultam cum consilierii mei îmi întăreau necontenit încredinţarea că nu eram nebună, că nu eram un caz lipsit de speranţă şi că Dumnezeu îi trimisese să mă ajute. Ei îmi

aminteau de promisiunile şi de credincioşia lui Dumnezeu, citindu-mi pasaje biblice de care eram încurajată. Prin astfel de pasaje, Cuvântul lui Dumnezeu mi-a reamintit faptul că Isus venise să mă elibereze, să mă vindece şi să mă răscumpere:

> [...] Domnul M-a uns ca să aduc celor sărmani vestea bună. El M-a trimis să-i vindec pe cei cu inima zdrobită, să vestesc celor captivi eliberarea şi celor legaţi – izbăvirea, [...] să mângâi pe toţi cei ce jelesc, [...] să le ofer coroană în loc de cenuşă, untdelemnul bucuriei în locul plânsetului, şi mantaua laudei în locul duhului mâhnit. Vor fi numiţi stejari ai dreptăţii, un sad al Domnului, care să-I arate slava.
>
> (Isaia 61:1-3)

Mi-a reamintit faptul că la fel cum îl eliberase pe David, psalmistul, El avea un plan şi pentru eliberarea mea:

> Am nădăjduit în Domnul, iar El S-a aplecat înspre mine şi mi-a ascultat strigătul. M-a scos din groapa pieirii, din murdăria mocirlei. Mi-a pus piciorul pe stâncă şi mi-a întărit paşii. Mi-a pus în gură un cântec nou, o laudă pentru Dumnezeul nostru.
>
> (Psalmul 40:1-3)

Mi-a reamintit faptul că El mă va iubi întotdeauna, că m-a iubit dintotdeauna şi că tocmai dragostea Lui va fi aceea care avea să mă vindece:

> Te iubesc cu o iubire veşnică; de aceea Îmi păstrez îndurarea faţă de tine! Te voi zidi din nou şi vei fi rezidită [...]
>
> (Ieremia 31:3-4)

Mi-a reamintit că El avea să mă conducă zi de zi, în timp ce eu îmi aţinteam privirile către El:

> Ţi-ai întins mâna dreaptă [...]. Prin îndurarea Ta Ţi-ai condus poporul pe care l-ai răscumpărat ; prin puterea Ta l-ai călăuzit [...].
>
> (Exod 15:12-13)

Mi-a reamintit faptul că El avea să-mi împlinească absolut fiecare nevoie a mea chiar în timp ce mă elibera:

> Dumnezeul meu va împlini toate nevoile voastre după bogăţia Lui slăvită, în Cristos Isus.
>
> (Filipeni 4:19)

Mi-a reamintit că El mă va auzi de fiecare dată când voi striga la El:

> Cheamă-Mă şi-ţi voi răspunde! Îţi voi descoperi lucruri mari şi ascunse, pe care nu le cunoşti.
>
> (Ieremia 33:3)

Mi-a reamintit că aveam de purtat o luptă spirituală, dar că Isus câştigase deja victoria în locul meu şi că, ieşind din fântână, voi găsi cu adevărat libertate şi o viaţă nouă, care avea să fie emoţionantă şi împlinitoare, şi avea să depăşească toate aşteptările mele.

> Hoţul nu vine decât ca să fure, să înjunghie şi să distrugă. Eu am venit ca ele să aibă viaţă şi s-o aibă din abundenţă.
>
> (Ioan 10:10)

Mă temeam să-mi permit să fiu vulnerabilă în faţa cuiva. Cum L-aş fi putut lăsa pe Dumnezeu sau pe oricine altcineva să se apropie de mine, să-i las să mă iubească? Dar chiar şi aşa, Dumnezeu a continuat să mă caute, să mă hrănească, să mă îngrijească şi să-Şi reverse puterea Lui în mine.

Însă adevărul dătător de viaţă nu părea să ajungă până în locul deznădejdii. Era ca şi când ar fi existat o prăpastie, iar adevărul nu reuşea să ajungă în locul în care era cea mai mare nevoie de el.

Atunci nu aş fi putut înţelege, însă zidurile mele de apărare erau cele care îi blocau accesul. Mă înfăşurasem în straturi peste straturi de mecanisme de adaptare – „cioplirea şi zăvorârea" trecutului meu, cultivarea obsesiilor legate de corpul meu şi de mediul înconjurător – care îmi menţineau atenţia concentrată la un nivel de suprafaţă şi-mi păstrau ascunse realităţile îngropate: ura faţă de propria persoană, neîncrederea şi frica. Sursa luminii şi a vieţii, ce se revărsa prin consilierii mei spre mine, era împiedicată de toate aceste lucruri să ajungă în locul în care aveam o nevoie disperată de ea.

Cu timpul urma să recunosc aceste lucruri şi să renunţ la toate, însă până atunci ele mă ajutaseră să deţin controlul asupra vieţii mele. Mă agăţam de ele şi pur şi simplu nu reuşeam să le dau drumul.

O cale de scăpare

Dar când am ajuns să fiu în stare să-l accept, Cuvântul lui Dumnezeu a început să prindă rădăcini în mine. Am fost ajutată de Duhul Sfânt să-l accept ca adevăr, când am admis să fac o încercare: poate că dragostea şi blândeţea ce le citeam în ochii acestor oameni, tot timpul şi toată răbdarea pe care mi le ofereau chiar exprimau faptul că mă iubeau. Şi dacă Dumnezeu era Cel Ce-i trimisese, atunci probabil că mă iubea şi El.

Poate că nu eram un rebut, aşa cum credeam eu, şi poate că nu trebuia să trăiesc pentru totdeauna în locul întunecat al depresiei, cu sentimentul surd şi continuu al durerii provocate de ura de sine. Poate că existau motivaţii pentru starea mea, motivaţii ce puteau fi scoase la iveală şi vindecate. Am început să accept chiar şi faptul că, deşi eu nu o vedeam încă, poate chiar exista o cale de scăpare pentru mine.

A fost ca şi când începeam să urc cu ochii treptele săpate în zidul interior al fântânii, trepte ce urcau în spirală şi se părea că duceau cu adevărat spre ieşire, spre adevărata libertate. Dar trebuia să cred că ele continuau până sus. Frica îmi spunea că treptele mă vor duce doar până la jumătatea drumului, după care vor înceta, iar eu aveam să mă trezesc deasupra unui abis periculos, într-un loc în care voi fi abandonată de oamenii care acum mă încurajau şi mă sprijineau. Iar această posibilitate părea mai rea decât orice altceva şi, uneori, îmi doream cu disperare mai degrabă să-mi iau viaţa, decât să încep „să urc treptele" şi să risc să mă trezesc abandonată.

Viaţa de acasă

Când mă aflam la Ellel Grange alături de consilierii mei, nu era atât de dificil să găsesc speranţă. În timpul fiecărei şederi acolo reuşeam să accept tot mai mult din adevărul Cuvântului lui Dumnezeu, că el era real şi valabil şi pentru mine, şi începeam să învăţ să am încredere. Pe măsură ce Dumnezeu mă întărea

prin Duhul Său, eu începeam să mă înalţ spre El şi să urc treptele spiralate.

Dar întotdeauna când se apropia momentul întoarcerii mele acasă, începea în mine o luptă. Era ca şi când se lăsa noaptea, iar salvatorii mei îşi părăseau posturile de la marginea fântânii, plecau împreună cu lanternele lor şi dispăreau din câmpul meu vizual. Chestiunea cu care mă confruntam era să mă lipesc de speranţa pe care mi-o oferise Dumnezeu prin ei, până la următoarea mea vizită la Ellel Grange. La urma urmei, niciodată nu mă duceam acasă singură. Adevărul este că Dumnezeu era întotdeauna cu mine, iar El dorea ca eu să învăţ să mă încred în prezenţa Lui chiar şi atunci, mai ales atunci, când mi-era greu.

După călătoria de cinci sute de kilometri până acasă, obişnuiam să intru în casă ignorându-i practic pe John, Tom şi Beth, şi să mă duc drept în sanctuarul dormitorului meu, de parcă aş fi avut defectul de „vedere în tunel". Dormisem de una singură în această cameră de ani de zile. Întotdeauna avusesem o teamă de intimitate fizică, chiar şi în căsnicia mea, dar după ce m-am prăbuşit, intimitatea a devenit un adevărat blestem.

A fost o perioadă disperat de dificilă pentru John. Tulburarea mea nu i-a produs doar durere, ci l-a pus şi sub tensiunea enormă de a încerca să facă faţă de unul singur, cu responsabilitate, presiunilor unui loc de muncă şi greutăţilor de a fi un părinte singur şi eficient.

Se ducea singur la şedinţele cu părinţii, la concertele şi la piesele de teatru unde evoluau copiii, reasigurându-i mereu că: „Mami se va simţi curând mai bine şi o să vină şi ea." A fost lipsit de egoism şi statornic în convingerea lui că sarcina pe care o avea era aceea de a păstra lucrurile într-o stare cât mai normală posibil pentru copii. Îl auzeam din dormitor cum le explica plin de răbdare că drumul spre casă fusese lung şi că era mai bine să mă lase să mă odihnesc.

Mă simţeam îngrozitor de vinovată. Îmi doream să fiu capabilă să le răspund măcar în parte la dragostea pe care ei mi-o arătau rămânând alături de mine, fără a mă respinge, în perioade atât de dificile. Stăteam în camera mea, plângeam în tăcere şi îmi loveam violent picioarele, pedepsindu-mă. Dar continuam să îi dau la o parte şi să mă izolez de ei.

Curând m-am izolat de tot ce se petrecea în restul casei, chiar şi de ceea ce se petrecea în propria mea viaţă, devenind completamente preocupată şi obsedată de a mă asigura că fiecare piesă de mobilier era perfect aliniată la perete, fiecare fald al perdelelor era egal cu celelalte, fiecare milieu era la locul lui. Mă înfuriam dacă vreun lucru era mutat de la locul lui, însă dedesubtul furiei mele sălăşluia o nesiguranţă adâncă.

Adesea stăteam trează în pat, noaptea târziu, umplând pagină după pagină în jurnalul meu cu o caligrafie foarte ordonată. Am umplut multe caiete şi jurnale. Într-un anume fel mă ajuta să ştiu că eram vie şi cât se poate de reală. Dacă nu scriam lucrurile pe care le gândeam şi le simţeam, le pierdeam oarecum şi nu-mi mai aduceam aminte de nimic.

Readaptarea la viaţa de acasă dura cel puţin câte o săptămână. Eram morocănoasă şi îngândurată, simţindu-mă de parcă aş fi fost azvârlită afară din cuibul de la Ellel Grange, luptându-mă să cred că nu eram o movilă de gunoi şi că echipa salvatorilor mei nu se lepădaseră de mine. În disperarea mea de a mă agăţa de colacul pe care mi-l aruncaseră, aveam totuşi o teamă iraţională ca nu cumva ei să-mi răspundă cu supărare, şi ajungeam la punctul în care îl imploram stăruitor pe John să o sune pe Fiona sau pe Anna, adesea noaptea târziu, pentru a verifica dacă mai erau acolo disponibile pentru mine. Teama de a fi abandonată era atât de mare, încât îmi doream să mor dacă nu reuşeam să aud vocea vreuneia dintre ele asigurându-mă că totul era în regulă.

John nu s-a îndoit niciodată de integritatea echipei Ellel şi de dedicarea lor faţă de noi. El a fost şi este cel mai mare încurajator al meu. Îmi amintea cu multă răbdare de cât de privilegiată eram să beneficiez de acest ajutor şi mă asigura la nesfârşit că Fiona şi echipa nu mă uitaseră şi că aveau să ia în curând iarăşi legătura cu mine, pentru a pregăti următorul meu voiaj spre nord.

În cele din urmă mă liniştem. Momentele acestea petrecute acasă erau importante. Fără ele aş fi pierdut cu uşurinţă din vedere realitatea că temeiul vieţii mele era acasă la mine, cu familia mea, şi că exista pericolul de a deveni instituţionalizată şi total dependentă de echipa de la Ellel Grange. Astfel, am dezvoltat în cele din urmă o tulburare de ataşament, despre care voi împărtăşi mai multe într-un capitol ulterior.

Ajunsă acasă, după intensitatea şedinţelor de consiliere, aveam, de asemenea, ocazia să cântăresc şi să verific progresul pe care-l făceam. Mai întâi mă simţeam ca şi când nimic nu s-ar fi schimbat şi adesea aveam sentimentul copleşitor de vinovăţie şi de eşec de parcă aş fi aterizat înapoi pe fundul fântânii. În realitate, făceam uneori doi paşi înainte şi unul înapoi, dar niciodată nu am făcut doi paşi înainte şi doi înapoi. Dumnezeu Îşi semăna dragostea Lui şi-mi descoperea adevărul cu privire la viaţa mea şi, indiferent cât de dureros devenea acest proces, undeva în adâncul meu îmi crea un sentiment de uşurare şi de speranţă. El era întotdeauna plin de îndurare în felul în care continua să mă îndrume, iar în mila Sa îi cuprindea şi pe John şi pe copii.

După ce mă readaptam la viaţa de acasă şi reîncepeam să mă simt în siguranţă aici, cam cu o săptămână înainte să trebuiască să mă reîntorc la Ellel Grange, eram din nou cuprinsă de teamă şi de anxietate, iar gândurile şi adnotările mele din jurnal erau dominate de nehotărârea dacă să mai merg acolo sau nu. Întotdeauna aveam de dat o luptă, însă, prin harul lui Dumnezeu, nu am ratat nicio întâlnire.

Munca de reconstrucţie şi demolare

Fiind cu John alături de mine, acasă, cu echipa, la Ellel Grange şi cu puterea pe care o primeam din adevărul Cuvântului lui Dumnezeu, mă simţeam de parcă Dumnezeu înălţase o mulţime de proptele în jurul meu, care să mă sprijine şi să mă protejeze, astfel încât El să-Şi poată începe lucrarea de demolare. Ca şi când ar fi năruit ziduri fisurate ce periclitau siguranţa unei clădiri, El a început să demoleze minciunile în care crezusem dintotdeauna. Mi-au fost deschişi ochii în faţa adevărului că:

- atitudinea şi comportamentul părinţilor mei faţă de mine nu fuseseră normale, iar relaţia mea cu ei nu fusese aşa cum o dorise Dumnezeu;
- în spatele amneziei legate de primii 18 ani ai vieţii mele se ascundea mai mult decât o simplă slăbiciune de caracter;
- ura faţă de propria-mi persoană, temerile, problemele legate de mâncare şi comportamentul obsesiv-compulsiv erau simptome ale unei probleme mai profunde pe care o aveam.

Am acceptat oferta Fionei şi a echipei de a primi ajutor continuu, pentru că, în ciuda fricii, nu-mi mai doream să fug de realitate. Cu toate că mult timp frica fusese cea care mă ajutase să funcţionez în viaţă şi să păstrez aparenţele normalităţii, în cele din urmă totul se prăbuşise. Obosisem să mă mai prefac, iar adevărul era că lucrurile nu erau normale. Ştiam că orice ar fi fost în trecutul meu, eu eram stăpânită de acel lucru şi am fost în sfârşit gata să-l înfrunt, pentru a putea fi eliberată.

Asta însemna să renunţ la refrenul pe care mi-l derulam încontinuu în minte şi care spunea ceva de genul: „Chiar sunt BINE. Nu fac altceva decât să cerşesc atenţia celor din jur. Trebuie să mă controlez cu ceva mai multă atenţie!" Însemna să fiu de acord cu dorinţa echipei de a se ruga ca Dumnezeu să-Şi reverse lumina adevărului Său asupra vieţii mele şi să fiu dispusă să accept orice mi-ar fi revelat El.

Aveam două temeri majore: prima era o teamă sinceră că aş putea fi decepţionată şi, a doua, era teama de a nu mai deţine controlul; însă Dumnezeu clădise sârguincios în mine un fundament al încrederii, atât în El, cât şi în echipa de consilieri. Mi-am pus cu teamă mâna mea într-a Lui şi am făcut alegerea deliberată de a crede că El trebuia să deţină controlul.

CAPITOLUL 4

Copilărie frântă

Păşisem pe o nouă treaptă săpată în peretele interior al fântânii şi, în timp ce echipa se ruga, mă simţeam de parcă aş fi ajuns într-un loc unde, săpată în perete, se găsea o uşă încuiată, o uşă pe care nu o văzusem înainte de a ajunge în acest loc. Fusese încuiată de atâţia ani şi venise vremea să fie deschisă. Stând pe canapea, cu ochii închişi, mă luptam cu nehotărârea dacă să continui urcarea sau să fiu de acord cu gândurile conflictuale din mintea mea, care îmi spuneau că nimic nu era real. Echipa a continuat să se roage, iar eu m-am hotărât să-mi continui urcarea.

În spatele uşilor încuiate

Ca adult, cum şedeam atunci în acea încăpere, a sosit clipa când nu am mai fost conştientă de ceea ce se petrecea în jurul meu. Ochii îmi erau închişi şi mi se părea că aproape am adormit. Dar ceea ce au văzut în acea clipă echipa de consilieri care se rugau (cu ochii deschişi) a fost o transformare subită în mine. M-am transformat din adultul care şedea cuviincios pe canapea cu ochii închişi, într-un copil extrem de traumatizat, ghemuit în colţul canapelei în poziţie fetală. Acest copil era o parte a personalităţii mele cu care „eul meu adult" nu avea niciun fel de legătură. Era ca şi când s-ar fi deschis uşa aceea din perete, care a dat într-o celulă rece, întunecată, unde zăcuse închis un copil rătăcit şi îngrozit.

Fiona şi Anna mi-au spus cu blândeţe şi compasiune:

— E în regulă. Eşti în siguranţă. Isus ne-a trimis să te ajutăm.

Dar, ca un copil de trei ani, am fost cuprinsă de panică şi iniţial incapabilă să le accept asigurările. Tremuram şi mi-am ridicat mâinile în aer, încercând cu disperare să mă apăr. Acest copil uitase de incoerenţa de a se afla într-un trup mare, de adult. Se pare că uitase practic absolut tot ce exista în ambientul său fizic. Mă simţeam ca şi când m-aş fi găsit chiar în dormitorul de la etajul unde tata mă molesta şi încercam din răsputeri să fug de acolo înapoi în mintea mea, în „locul unde nu exista nimic", în locul meu de scăpare unde nu simţeam, nu vedeam şi nu auzeam nimic.

Aceasta era partea frântă din mine care fusese încuiată în tulburarea de identitate disociativă şi purta cu ea experienţa, amintirea şi realitatea primilor trei ani din viaţa mea. Echipa văzuse o transformare clară, nu doar în modul de manifestare a traumei, ci şi în răspunsul şi conduita mea, care au devenit cele ale unui copil mic. Vedeau fără nicio îndoială că tot eu eram cea din faţa lor şi eram foarte reală, dar eram schimbată şi nu-i mai cunoşteam. Cu excepţia faptului că mă găseam în acelaşi trup în vârstă de 37 de ani, copilul din mine era complet separat de adultul pe care echipa îl cunoscuse până în acel moment. După 34 de ani, în care mă renegasem pe mine cea care fusesem la vârsta de trei ani, mă aflam în continuare prizoniera momentului în care tatăl meu m-a abuzat cu cruzime, iar acel abuz fusese atât de sever, încât îmi produsese frângerea. Ceasul se oprise pentru mine în acest punct.

Cu cea mai mare sensibilitate, Fiona şi Anna au rostit cuvinte pline de compasiune, siguranţă şi mângâiere din partea lui Dumnezeu. Blândeţea şi delicateţea vocilor lor, compasiunea pe care o citeam în ochii lor când am îndrăznit să privesc în jur mi-au dat încrederea de a da frâu liber ţipetelor şi suspinelor pe care de atâţia ani avusesem nevoie să le descătuşez.

Deşi această parte din mine era doar un fragment de care nu fusesem conştientă de-a lungul anilor, era clar faptul că fusese foarte multă vreme îngropată în întuneric, timp în care nu văzuse niciodată lumina zilei, şi nici nu avusese legături cu nimeni. În acea parte din mine nu fusese încuiată doar durerea

abuzului suferit din partea părinţilor mei, ci şi nedreptatea tuturor lucrurilor de care fusesem privată în copilărie. Nu existase nimic normal, nu avusesem libertatea de a fugi, de a mă juca şi de a fi împreună cu alţi copii. Aveam un dor chinuitor după dragoste şi relaţii, dar în acelaşi timp o teamă imensă şi o incapacitate totală de a avea încredere în cineva.

Această parte a copilului mic din mine, care a fost denumită Sarah 3 [cifra 3 se referă la vârsta când a avut loc disocierea (n. aut.)], avea nevoie de mult ajutor, dar la scurt timp am închis ochii şi am trecut înapoi la nivelul subconştientului. Cei din echipă, observând din nou transformarea, au văzut imediat în faţa lor o „Sarah adultă" tulburată şi derutată.

Pentru Sarah 3 fusese un şoc teribil să se trezească brusc într-o lume nouă şi a avut nevoie de un curaj fantastic să-şi descătuşeze ţipetele şi suspinele ce veneau din lumea cea veche, însă aceasta i-a adus totodată o uşurare imensă. Dumnezeu Îşi făcuse lucrarea. Prin bunătatea şi gentileţea Fionei şi Annei, El a semănat o sămânţă minusculă a speranţei în această parte din mine, în copilul frânt, la fel cum o făcuse şi în „eul meu adult" în timpul primei mele şederi la Ellel Grange.

Eu, persoana adultă, mi-am deschis ochii ca şi când m-aş fi trezit după pierderea cunoştinţei. M-am aşezat din nou cuviincios pe canapea şi i-am privit derutată pe consilierii mei, neştiind ce se întâmplase în timp ce eu „adormisem".

În anumite momente potrivite şi cu acceptul „eului meu adult" echipa Îl ruga pe Dumnezeu să o readucă pe „Sarah cea de 3 ani" la suprafaţă, încât ei să poată continua să lucreze vindecarea Lui în acea parte a fiinţei mele. Iar când temerile mele iniţiale s-au liniştit, Sarah 3 s-a agăţat de Fiona şi de mângâierea pe care i-o oferea ea. „Vreau să mă ţină mami în braţe", plângeam eu în braţele ei, cu vocea unui copil de 3 ani. Iar ea îmi spunea mereu că şi Isus a vrut ca mami a mea să mă ţină în braţe şi că El ajunsese pe cruce pentru faptul că ea nu o făcuse.

Nu era vorba că mama mea nu ştiuse că eu fusesem abuzată sau că nu ar fi ştiut cum să mă consoleze. Adevărul pe care am reuşit să-l accept în cele din urmă, cu durerea şi furia intensă a unui copil, era acela că mama mea, care nu mă dorise

şi nu mă iubise niciodată, mă învinuise şi mă pedepsise pe mine pentru abuzul tatălui meu.

Acea parte frântă din mine nu o puteam menţine mai mult de circa o oră în lumea prezentă. Devenea epuizant, oboseam şi-mi doream să revin la „eul meu adult," să preiau din nou controlul. Echipa a lucrat din greu în acea perioadă, oferind cât mai multă dragoste şi siguranţă lui Sarah 3.

Nu poate fi adevărat!

Ori de câte ori reveneam la „eul meu adult", singura idee pe care o aveam legat de ceea ce fusese dezvăluit din perioada pe care o pierdusem decurgea din felul în care se simţea corpul meu sau din dovezile din jurul meu. Uneori ochii îmi erau umezi de plâns sau gâtul îmi era uscat de atâta strigat. Uneori în faţa mea pe masă se afla un pahar gol şi ştiam că probabil băusem ceva. Mă trezeam dintr-odată şezând turceşte pe podea, fără a şti cum ajunsesem acolo, sau neştiind ce spusesem, ori de ce plânsesem sau strigasem şi adesea ajungeam să mă întreb dacă nu cumva chiar „înnebunisem" cu totul.

Mă aflam într-o stare de totală derută emoţională. Mă simţeam dezorientată, iar constatarea că nu deţinusem controlul mă înfuria. Însă dedesubtul furiei sălăşluia frica: frica de ceea ce poate am spus şi frica de a mă fi dat în spectacol. Cu toate acestea, în mijlocul tuturor acestor evenimente, aveam un sentiment foarte real de uşurare ce izvora din interior, pentru că ceva în mine (Sarah 3) fusese eliberat şi vindecat.

Echipa îmi împărtăşea cu gentileţe tot ce se petrecuse. Vă spun din capul locului că am fost şocată, în ciuda sensibilităţii lor. Timp de atâţia ani trăisem cu o imagine idealizată a copilăriei mele şi, în acele momente, mă simţeam ca şi când fusese scos la iveală un secret murdar, ruşinos. Nu-mi doream să fie nimic adevărat din tot ce-mi povesteau ei.

Am avut nevoie de timp pentru a putea accepta realitatea. Iată cuvintele pe care le-a scris în jurnal „eul meu adult", după una din primele şedinţe pe care le-au petrecut Fiona şi Anna cu mine cea de la 3 ani:

Fiona a slujit părţii fragmentate de 3 ani. Mi s-a părut prea dureros – prea înspăimântător. Am avut gânduri de sinucidere.

Voiam să scap. Mă urăsc. Mă simt de parcă ar mai putea exista alte părţi fragmentate şi la alte vârste. Totul mi se pare prea greu, prea mult să mă pot gândi la asta. Vreau să anihilez acele părţi. Nu m-am simţit în siguranţă, aşa că i-am încredinţat Annei medicamentele mele.

Flashback-uri şi leşin

Ca adult am început să am flashback-uri îngrozitoare şi elocvente ale abuzului. Ele au avut efectul unui şoc imens asupra corpului meu şi timp de câteva săptămâni mi-a fost foarte rău fizic. Am avut frecvente atacuri de migrenă, atacuri care persistau câteva zile la rând. Nu reuşeam să dorm, nu puteam mânca prea mult, am devenit foarte slăbită şi leşinam frecvent.

S-a dat atunci o bătălie enormă în mine să pot crede că toate acestea erau imagini reale a ceea ce mi se întâmplase copil fiind. Şi dădeam o luptă şi atunci când venea vorba de a le permite Fionei şi echipei să-mi fie aproape. Îmi doream să-i dau la o parte pe toţi şi să mă închid în baie, dar în cea mai mare parte a timpului nu eram în siguranţă să procedez astfel, pentru că aveam gânduri suicidare extrem de puternice.

Mă certam cu încăpăţânare, susţinând în faţa consilierilor mei că probabil sufeream de o formă de „sindrom al amintirilor false". Îmi doream să mă pot întoarce la perioada când credeam că aveam doar o memorie slabă – atâta tot. Îmi venea să trântesc cu putere uşa aceea ce fusese deschisă şi imploram adesea echipa să se roage lui Dumnezeu să le reveleze orice înşelăciune ce probabil se manifesta în mine. Asta au şi făcut, s-au rugat, dar nu li s-a revelat nicio urmă de înşelăciune.

În schimb, Dumnezeu i-a oferit Fionei imaginea unui trandafir ce fusese zdrobit, cu petalele risipite pe jos, peste tot. I-a spus că El Însuşi avea să culeagă petală cu petală, avea să le adune pe toate la un loc şi, plin de dragoste, avea să refacă trandafirul la starea lui iniţială. Era o imagine frumoasă care m-a atins profund. Şi urmau să vină multe momente în care să-mi aduc aminte de imaginea aceea, găsind astfel încurajarea de care aveam nevoie pentru a respinge îndoiala şi necredinţa care-mi bombardau mintea, şi pentru a putea continua să merg înainte.

Şapte părţi fragmentate

În perioada în care am experimentat acele flashback-uri, echipa a continuat să se roage împreună cu mine şi, una câte una, au descoperit alte şase „uşi de temniţă", în spatele cărora s-au găsit alte şase „părţi": un bebeluş, două părţi de la vârsta de 9 şi 12 ani şi trei părţi din perioada de adolescenţă, de la vârstele de 16, 17 şi 18 ani. Împreună cu Sarah 3, acestea erau părţile fragmentate care au fost zăvorâte în spatele tulburării de identitate disociativă, părţile ce conţineau toate amintirile pierdute pentru „eul meu adult".

Din cauza cruzimii şi a neglijării continue pe care le-am suferit din partea părinţilor mei, fiecare parte fusese prădată de inocenţă, respect de sine, de tot ce însemna viaţă pentru un copil: de joacă şi de prieteni. Şi, pe măsură ce s-au deschis fiecare dintre aceste uşi, consilierii observau o substituţie între „eul meu adult" şi fiecare dintre părţile traumatizate şi frânte, în care vedeau aceeaşi teroare, aceeaşi incapacitate de a acorda încredere şi acelaşi sentiment profund de disperare şi de lipsă a oricărei valori proprii.

La vârsta de 3 ani, în acel moment extrem de abuz sexual, m-am detaşat de acea parte din mine care deţinea toate acele amintiri, toată durerea şi suferinţa cauzate de depravarea şi cruzimea părinţilor mei. O lăsasem în urmă pe Sarah 3, întemniţată, traumatizată, dar ea era acum eliberată. Adevărul legat de trecutul meu ieşea la lumină.

După această frângere, am continuat să retrăiesc viaţa mea de zi cu zi din copilărie, supusă încontinuu repetatelor acte de violenţă şi incest din partea tatălui meu, şi urii mamei mele. A venit şi un punct când m-am frânt din nou, iar în această parte a eului meu de la 9 ani (Sarah 9) am descoperit toate amintirile, durerea şi suferinţa cumulate între vârsta de 3 şi 9 ani. Şi aşa a continuat totul, până când am ajuns la 18 ani şi, în cele din urmă, abuzul a luat sfârşit.

Fiecare parte deţinea amintirile a tot ceea ce se petrecuse în viaţa mea de la frângerea anterioară până la vârsta ei. Fiecare fragment din mine era separat, iar până când Dumnezeu nu a început să le adune pe toate la un loc, nu a existat niciun flux informaţional între o parte şi cealaltă. Cu alte cuvinte, dacă Dumnezeu nu Şi-ar fi împlinit promisiunea Lui de a repune la

Dumnezeu e Cel ce adeno la un loc piesele / fragmentele / petalele

loc toate „petalele trandafirului", „eul meu adult" din viaţa de zi cu zi n-ar fi putut niciodată să acceseze amintirile dinaintea vârstei de 18 ani.

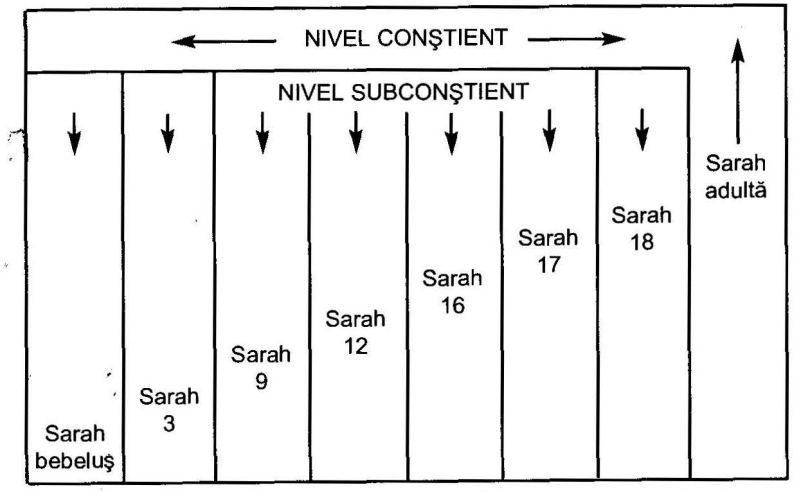


Figura 2. Diagramă ilustrând „eul meu adult" la nivel conştient, în timp ce toate celelalte părţi frânte ale eului meu erau ascunse/compartimentate.

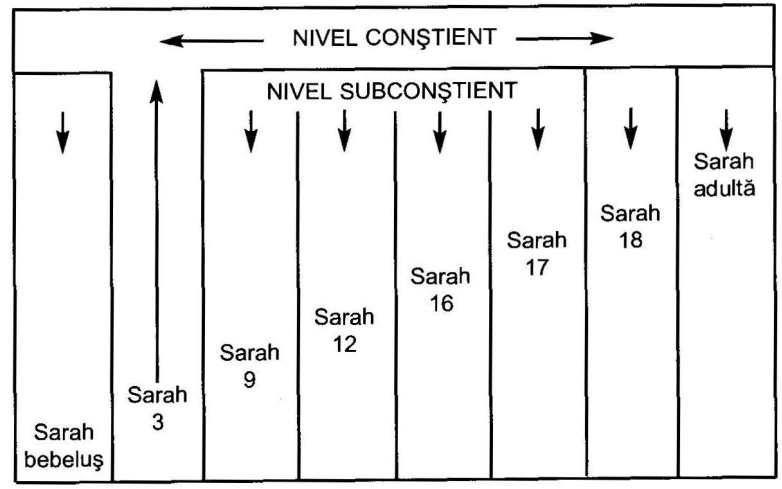


Figura 3. În urma unei substituţii, „Sarah 3" ieşea la suprafaţă la nivel conştient, în timp ce „eul adult" cobora, la fel ca toate celelalte părţi frânte, fiind ascuns în subconştient.

Pericol de moarte

La 18 ani am suferit cel mai groaznic abuz, iar în această parte (Sarah 18) m-am simţit atât de murdară şi am crezut, în ciuda oricărei raţiuni, că abuzul era din vina mea. M-am urât îngrozitor şi eram hotărâtă să mă pedepsesc şi să-mi fac rău. Eram complet distrusă de tot ceea ce pierdusem şi aveam gânduri obsedante de sinucidere. „Eul meu adult" învăţase cât de important era să îmi îndrept voinţa spre a fi supusă căilor lui Dumnezeu. Cuvântul Său îmi spunea să „aleg viaţa..." (Deuteronom 30:19), cu toate acestea exista o parte în mine, Sarah 18, care nu-L cunoscuse niciodată pe Dumnezeu şi dragostea Sa, şi care nu doar că se simţea ca şi când ar fi preferat moartea, ci avea o dorinţă puternică şi chiar intenţionase foarte serios să se sinucidă.

Cu toate că frângerea menţinea o separare clară între aceste părţi, în timp ce „eul meu adult" trăia realitatea vieţii de zi cu zi, mă luptam adesea să fac faţă presiunii sentimentelor lui Sarah 18, care răbufneau adesea la suprafaţă. În loc să fiu înţelegătoare şi plină de compasiune faţă de ea, eu eram mânioasă pe ea. Aveam sentimentul că era vina ei pentru că eu aveam de dus o luptă atât de intensă cu tendinţa compulsivă de a mă auto-distruge. Şi existau momente periculoase când realmente îmi doream cu disperare să cedez în faţa acestei dorinţe şi să o acuz pe ea. Ştiam că era un mod greşit de abordare, pentru că indiferent dacă îmi plăcea sau nu, dacă o doream sau nu, eu eram responsabilă pentru toate părţile mele frânte. În realitate, toate erau parte din mine.

Au existat momente când frustrarea mea a atins punctul culminant. Nu voiam să fiu segmentată în părţi. Nu-mi doream să fi fost abuzată sexual, să-mi fie ruşine şi să mă simt murdară şi plină de repulsie. Nu-mi doream să fiu atât de disperată după o mamă, să mă simt atât de jalnic. Şi îmi era atât de frică de faptul că, nu ştiu cum, poate că eu inventam totul şi, dacă într-adevăr aşa stăteau lucrurile, eram îngrozită, în consecinţă, de cât de rea aş fi fost.

În această confuzie ameţitoare a conflictului meu intern, a existat un moment când am renunţat complet la responsabilitatea mea de adult şi am fost de acord cu Sarah 18 că

sinuciderea era singura soluţie. Am lăsat-o fără niciun loc sigur, fără nicio umbrelă a speranţei sub care să se ascundă.

În loc să rămân la suprafaţă ca „eu adult" şi să fiu sinceră faţă de consilierii mei în legătură cu seriozitatea situaţiei disperate în care se găsea Sarah 18, astfel încât ei să-i poată oferi mângâierea lui Dumnezeu, iar ea să fie întărită, i-am permis, în starea ei deznădăjduit de suicidară, să „iasă la suprafaţă" într-un moment când nimeni nu era prin preajmă. În acea clipă Sarah 18 era complet vulnerabilă faţă de propriile ei sentimente şi a luat o doză foarte mare de medicamente antalgice, care mi-au pus întreaga persoană în pericol de moarte.

A urmat pentru toţi o perioadă de mare îngrijorare. Cred că numai îndurarea lui Dumnezeu a fost cea care mi-a provocat câteva accese de vărsături de-a lungul nopţii, încât supradoza potenţial letală a fost eliminată din organismul meu.

Recuperare şi responsabilitate

Când m-am refăcut suficient pe plan fizic, în mod ferm şi cu sensibilitate, echipa mi-a chemat „eul adult" să dea socoteală: unde alesesem în inima mea să mă ridic împotriva voii lui Dumnezeu, în aşa fel încât o lăsasem pe Sarah 18 să devină atât de vulnerabilă? Am fost supărată şi m-am certat cu echipa. Nu voiam să-mi asum vina: „Nu *'eu'* am luat supradoza! *'Ea'* a fost aceea!" M-am simţit îngrozitor de nedreptăţită şi îmi doream să evadez de la Ellel Grange şi să fug înapoi acasă...

Dar ce m-aş fi făcut după aceea? Acolo era singura mea speranţă, şi în Dumnezeu, a Cărui dorinţă era să mă ridice la viaţă şi al Cărui plan era cel mai bun pentru mine. El Îşi punea în aplicare planul de salvare prin intermediul acestor oameni, nu pentru că eu aş fi meritat-o, ci datorită dragostei Sale imense ce o avea pentru mine. Cu o inimă plină de pocăinţă am coborât de pe piedestalul înalt pe care mă cocoţasem, recunoscând alegerea greşită pe care o făcusem. Ştiam că Îl răniseм pe Dumnezeu pentru că alesesem calea mea înaintea căii Lui, şi în smerenie am venit înaintea Lui şi mi-am cerut iertare.

Am învăţat o lecţie dură: oricât de grea era această călătorie,

nu se punea vreodată problema că regulile lui Dumnezeu ar fi prea greu de ţinut, şi nu era niciodată corect să mă las copleşită de auto-compătimire şi de „cât de greu îmi era mie". Dumnezeu mă elibera şi, în îndurarea Lui, a adus oameni în viaţa mea care să mă sprijine, iar El era prezent cu harul Său, chemându-mă să mă îndrept înspre harul ce avea să mă călăuzească spre libertatea după care tânjeam.

CAPITOLUL 5

Acceptarea părţilor pe care nu le-am dorit

Au existat momente când negura s-a risipit şi „eul meu adult" a putut vedea realitatea frângerii mele şi motivele care au determinat aceasta. Ştiam ce văzusem în flashback-urile pe care le aveam şi îmi formasem o oarecare noţiune cu privire la adevărul despre trecutul meu, cu toate că îmi lipsea în continuare claritatea amintirilor.

Am fost uşurată să descopăr că în sfârşit existau motive logice pentru toate lucrurile care altfel nu ar fi avut niciun sens: amnezia mea legată de primii 18 ani din viaţă, lupta mea continuă cu gânduri şi tendinţe suicidare, faptul că ajunsesem la un spital psihiatric unde îmi fuseseră prescrise medicamente în doze atât de mari şi, în cele din urmă, faptul că aveam nevoie de şedinţe de consiliere atât de intense. Revelaţia lui Dumnezeu cu privire la părţile mele frânte, care deţineau toate acele amintiri, a dat sens vieţii mele.

Un stil de viaţă de „cioplire şi zăvorâre"

Mecanismele de supravieţuire pe care le-am dezvoltat în cursul vieţii au devenit într-o aşa măsură parte integrantă din mine, încât nu am putut să renunţ pur şi simplu la ele. Eram o persoană care luasem măsuri extreme de autoprotecţie prin „cioplirea şi zăvorârea" nu doar a amintirilor, ci şi a părţilor propriului meu eu. Am fugit de lucruri care în caz contrar m-ar fi distrus.

Acesta este modul în care am supravieţuit de la cea mai fragedă vârstă. Atunci când tatăl meu era violent şi mă abuza, iar mama mea mă ura şi mă învinovăţea, nu mai aveam unde să mă duc, aşa că mă adăposteam în „locul nimicului" din mintea mea. Pe măsură ce am crescut, am reuşit să supravieţuiesc separându-mă de realitatea propriei mele frângeri. Crezând că totul era în regulă şi consumându-mă pentru păstrarea unei curăţenii obsedante în jurul meu pentru a-mi întări această convingere, am fost protejată de durerea căreia nu-i puteam face faţă. Acest tipar de adaptare s-a consolidat puternic şi nu am reuşit să scap uşor de el.

Cu toate că învăţam să am încredere în oameni şi îmi doream să am încredere în Dumnezeu, realitatea era că eu continuam să mă bazez pe propriile mele mecanisme mai mult decât pe orice sau oricine altcineva. Atunci când apărea teama, ea reuşea să depăşească credinţa din inima mea şi eram disperată să îmi recapăt controlul pe care I-l încredinţasem lui Dumnezeu. Fără să îmi dau seama, mă distanţam de realitatea crudă şi nedreaptă şi îi luam la ceartă pe consilierii mei că aceste părţi de copil nu erau reale, convingându-mă şi pe mine în acelaşi timp că nu era nimic în neregulă. Când îmi puneam în gând una ca asta, mintea mea avea o forţă enormă care se ridica împotriva adevărului pe care mi-l arăta Dumnezeu.

În astfel de momente, echipa avea sarcina dificilă de a-mi dovedi durerea şi realitatea, confruntându-mă, plini de dragoste, cu întrebări care îmi nimiceau balonul irealităţii şi mă aduceau înapoi la adevăr: „De ce eşti atât de obsedată să ţii totul într-o ordine imaculată? De ce eşti atât de disperată după o mamă? De ce nu te culci cu soţul tău?"

O suferinţă în plus provocată de auto-abandonare

Am început să înţeleg faptul că nu doar părinţii mei mă abuzaseră şi mă abandonaseră. Adevărul era că eu însămi mă abandonasem. În starea mea de adult îmi folosisem mintea pentru a-mi întemniţa părţi din propriul meu eu (copil şi adolescent), le încuiasem şi mă descotorosisem de cheie. Învăţasem să trăiesc fără ele. Pe măsură ce se intensifica ajutorul pe care-l primeam, continuam să le rănesc şi să le

pedepsesc (adică pe mine însămi) în fiecare zi care trecea, atunci când alunecam înapoi în negarea existenţei lor, nedorind să „trec dincolo" pentru a le acorda timp şi refuzând să le accept ca fiind eu însămi.

Nu a fost uşor să înfrunt acest lucru pentru că, de fapt, nu voiam încă să accept şi să-mi asum părţile care deţineau toate ororile unui trecut pe care nu-mi doream să fie al meu.

Mi-ar fi fost mai uşor dacă echipa ar fi dat acestor părţi din mine diferite nume, precum „Sarah cea pasivă" şi „Sarah cea supărată": nume care să descrie atitudinea acelor părţi. Şi mi-ar fi fost mai uşor în cazul în care consilierii mei nu le-ar fi denumit deloc folosind numele meu, ci le-ar fi abordat ca personalităţi alternative separate.

L-aş fi putut lăsa pe Dumnezeu şi aş fi permis echipei de consilieri să lucreze cu fiecare dintre aceste părţi în spaţiul compartimentat din spatele acelor uşi încuiate, în timp ce eu aş fi păstrat distanţa şi m-aş fi dezis de orice responsabilitate în ce le privea. Mi-aş fi trăit viaţa separat de ele şi aş fi dat vina pe „Sarah cea supărată", pentru accesele ei de supărare, şi pe „Sarah cea pasivă", pentru pasivitatea ei. Şi m-aş fi simţit îndreptăţită să le urăsc şi să le resping, în timp ce, ca adult, mă străduiam „să fiu bună".

Totuşi Cuvântul lui Dumnezeu m-a convins că varianta mea nu era aceeaşi cu perspectiva Lui:

> ... ne-am făcut din minciună adăpost şi din înşelăciune ascunzătoare.
>
> (Isaia 28:15)

> Vă îndemn, fraţilor, în Numele Domnului nostru Isus Cristos, să aveţi toţi acelaşi fel de vorbire şi să nu fie dezbinări între voi, ci să fiţi pe deplin uniţi în gândire şi în scop.
>
> (1 Corinteni 1:10)

Iar imaginea pe care mi-a oferit-o Dumnezeu nu era aceea că avea să mă ajute să trăiesc având câteva personalităţi diferite, toate ocupând acelaşi trup. Era imaginea unor petale risipite şi rupte ale *aceluiaşi* trandafir, care urma să devină din nou un tot unitar, restaurat la starea de trandafir *întreg*, aşa cum plănuise El să fiu de la bun început.

Auto-acceptarea – cheia spre vindecare

Cea mai mare parte din timpul pe care l-a petrecut echipa de la Ellel cu mine nu a fost cu părţile mele frânte, ci cu „eul meu adult", cu mine cea care trebuia să renunţ la negare şi irealitate şi să îmbrăţişez tot adevărul legat de trecutul meu minat de durere.

A fost important să ajung în locul de unde puteam să-mi asum toată responsabilitatea şi să mă încred din nou în Dumnezeu cu privire la rolul pe care îl jucasem (oricât de neînsemnat ar fi fost acesta) în a alege să mă separ de toate părţile de copil care purtau traumele suferite. Unii oameni vor spune că, în faţa unui astfel de abuz extrem, frângerea era o acţiune involuntară, aşa că nu exista nimic pentru care să îţi ceri iertare.

Eu însămi am îmbrăţişat destul de multă vreme argumentul acesta, dar în cele din urmă am ajuns într-un punct în care am recunoscut că noi, ca oameni, facem mereu alegeri şi că într-o foarte mică măsură eu fusesem cea care făcusem o alegere, poate chiar o alegere subconştientă, dar indiscutabil o alegere, de a fugi din faţa durerii mele, prin separarea de mine însămi.

Mi-am dat seama că aveam nevoie de o adevărată schimbare a inimii. În loc să-mi doresc să fiu separată de părţile mele fragmentate şi să nu mai vreau să am nimic de-a face cu ele, trebuia să fiu deschisă şi să le consider drept părţi ale eului meu. În loc să le urăsc şi să le resping, trebuia să am compasiune faţă de ele, să încep să le plac, să vreau sincer să-mi cer iertare în faţa lor pentru faptul că mă delimitasem de ele şi să le doresc cu adevărat.

Cam fără tragere de inimă permisesem echipei să stabilească relaţii cu aceste părţi, însă a sosit şi momentul când Dumnezeu cerea „eului meu adult" să-şi asume responsabilitatea pentru mine însămi, adică să-mi asum toată responsabilitatea pentru toate părţile mele frânte. Aveam nevoie de o schimbare în atitudinea inimii mele în ceea ce le privea, pentru a mă îngriji de ceea ce simţea fiecare din ele, de nevoile lor, de dorinţele lor şi pentru a le include în fiinţa mea. Puteam fi liberă faţă de frică şi de obsesii, de ura faţă de propria-mi persoană şi de tendinţele suicidare doar dacă, în cele din urmă, permiteam ca acele uşi încuiate să rămână larg deschise

şi dacă acceptam fiecare parte ca fiind în întregime eu însămi. Dar aceasta era una din lucrările pe care harul lui Dumnezeu le avea de săvârşit în fiinţa mea. Ştiam că nu puteam face aşa ceva fără ajutorul Duhului Său cel Sfânt.

Am învăţat să iau zi de zi decizia deliberată de a mă ruga ca *Duhul Sfânt* să deţină controlul fiecărei părţi din mine care ajungea la suprafaţă, care „trăia, exista şi se relaţiona" în orice moment. Această perspectivă se ridica împotriva dorinţelor mele fireşti, pentru că până atunci realizasem că în clipa când îmi închideam ochii şi alunecam în subconştient eram capabilă să „trec" de la „aici şi acum" ca „adultă" şi să o silesc pe una din părţile mele frânte să preia controlul, putând astfel cu uşurinţă să aleg această metodă drept mijloc de evadare.

Au existat multe momente când „eul meu adult" a dorit să fugă din faţa situaţiilor care îmi lezau durerea, precum situaţia în care vedeam un copil pe care mama lui îl ţinea cu tandreţe în braţe (ceva ce mie mi se refuzase). Îmi doream să „mă substitui" şi să silesc acea parte de copil din mine să înfrunte durerea, în loc să fiu nevoită să-i fac faţă cu „eul meu adult", dar învăţasem din incidentul lui Sarah 18, care luase o supradoză de medicamente, că aş fi fost în pericol dacă cedam în faţa unor astfel de tentaţii şi dacă mă deziceam de responsabilitatea mea. La fel cum făcuse şi Sarah 18 înainte, o parte mai tânără din mine ar fi putut alege să ia pastile, să se auto-mutileze sau să evadeze, dacă o sileam pe vreuna din ele să înfrunte ceva ce Dumnezeu nu le cerea să facă.

Nu a fost uşor să continui a-I permite lui Dumnezeu să deţină controlul, iar eu să stau pe loc şi să înfrunt durerea din interior, adevărul nedreptăţii din trecutul meu care avusese un efect atât de devastator în viaţa mea. Însă Dumnezeu este Răscumpărătorul şi, oricât ar fi fost de greu, prin intermediul acelor momente, El Îşi întindea mâna spre mine cu dragoste şi compasiune, cu har şi îndurare şi mă învăţa realitatea atotsuficienţei Sale într-o zonă a durerii şi a suferinţei. Vă voi relata mai multe despre aceasta mai târziu.

Vindecarea părţilor frânte

Consilierii mei au petrecut o perioadă de timp cu fiecare din aceste părţi frânte, încurajând cu blândeţe fiecare dintre aceste

părţi să vorbească despre sentimentele ei şi să primească dragostea pe care Dumnezeu dorea să o reverse asupra ei.

Am realizat că împărtăşirea, plânsul, râsul, jucatul şi mâncatul laolaltă reprezintă moduri fireşti prin care Dumnezeu doreşte ca un copil să primească dragoste în mijlocul unei vieţi normale de familie. Iar planul Său era să restaureze în mine, prin intermediul familiei Sale, ceea ce era necesar pentru a-mi reclădi respectul de sine, valoarea personală, abilităţile de relaţionare şi de acordare a încrederii, încât într-o bună zi fiecare parte să fie gata să crească, iar părţile să fie reunite ca un tot unitar şi să trăiască viaţa din plin.

Fiecare parte a avut aceeaşi luptă de dat, urând dragostea pentru că avea conotaţii atât de negative şi pentru că o percepea într-un mod atât de nedemn de încredere. Cu toate acestea, exista mereu un dor după dragoste, pentru că, la urma urmei, aceasta este una din nevoile indiscutabile cu care ne-a înzestrat Dumnezeu. Duhul înfierii (Romani 8:15-16), aflat în adultul din mine şi din fiecare parte de copil a mea, tânjea după Dumnezeu. A fost lucrarea Duhului Său Sfânt în mine care a ajutat, în final, ca toate părţile mele frânte să se ataşeze de Fiona şi de Anna şi de toţi ceilalţi din echipă. Ei L-au prezentat pe Isus fiecăreia din aceste părţi.

Pe scurt, prin intermediul fiecărei părţi, eu m-am manifestat prin proteste vehemente: „Şi unde a fost Isus atunci când m-a pus tata să mă dezbrac? Unde a fost când m-a pus să-l ating? De ce nu l-a oprit Isus? De ce nu m-a ajutat?" Sarah 18, care se lupta atât de intens să se împace cu degradarea şi pierderile sfâşietoare, a ripostat cel mai agresiv.

Dar echipa a rămas statornică în faţa furiei mele. Au răspuns cu blândeţe, explicând fiecărei părţi în mod individual că Isus fusese permanent acolo cu mine, dar că El nu putea trece peste alegerile părinţilor mei.

Ei mi-au împărtăşit că şi El fusese dezbrăcat, biciuit şi răstignit pe o cruce, şi că El ştia cum era să fii batjocorit, însângerat, rănit şi singur. În fiecare parte a mea acest adevăr m-a atins profund. M-am simţit atât de uşurată să aflu că exista Cineva Care înţelegea pe deplin suferinţa şi cruzimea de care avusesem parte la începutul vieţii mele. Fiecare parte din mine s-a agăţat cu disperare de realitatea că Isus ne iubeşte atât de

mult, încât a ales să Se identifice cu cei care suferă, copii sau adulţii, ca să ne ia durerea şi să putem fi vindecaţi şi eliberaţi (Isaia 53:3-5).

În fiecare parte am ştiut că El era Cel de Care aveam nevoie. Şi am ştiut acest lucru mai ales ca Sarah 18. Nimeni şi nimic altceva nu era suficient pentru durerea din această parte. Nu percepeam abuzul doar ca şi cum ar fi fost ceva ce mi s-ar fi întâmplat mie. Ci îl percepeam de parcă *aş fi fost* eu însămi: a avut un efect atât de devastator şi a fost atât de integrant pentru persoana care devenisem. A fost foarte greu să mă desprind de tot ceea ce am pierdut şi de durerea mea, dar am strigat la Isus, iar Duhul Sfânt al lui Dumnezeu a fost Cel Care m-a ajutat să aduc şi să las totul la cruce şi, în final, să îmi pun toată încrederea în El să-mi împlinească toate nevoile din acel moment înainte.

Abuzul mă întinase în aşa măsură, încât credeam, cu fiecare parte din mine, că eram murdară până în străfundul fiinţei mele. Fusesem plină de amărăcine, mânioasă şi geloasă pe alţii, însă tot întunericul se risipise, iar lumina şi dragostea au năvălit în acele celule de închisoare. Pentru prima dată în viaţă, fiecare parte ştia că era iubită, fiecare parte avea pace în locul tulburării şi o speranţă reală în care să se ancoreze. A fost o minune pe care doar Dumnezeu a putut-o săvârşi, prin intermediul echipei pe care a chemat-o la aceasta.

Oamenii mă întreabă uneori: „Ce s-ar fi întâmplat dacă acele părţi de copil din tine L-ar fi respins pe Isus?" Răspunsul este: „Nu aş fi supravieţuit." Totodată este clar că dacă eu ca adult L-am primit pe Isus ca Mântuitor al meu şi toate părţile mele frânte făceau parte din mine, deşi erau părţi separate, ar fi fost de fapt imposibil ca fiecare din aceste părţi să nu fi avut aceeaşi dorinţă şi să nu-L fi acceptat şi ele pe El. Sunt atât de recunoscătoare că nu eu L-am ales pe El, ci El m-a ales pe mine (Ioan 15:16).

Lucrând împreună

Pe măsură ce fiecare parte frântă a beneficiat de vindecare în domeniul traumelor şi nu se mai găsea într-un loc al durerii respingătoare, ele erau în acelaşi timp eliberate din izolarea

singurătăţii, singurul lucru pe care-l cunoscuseră vreodată. Au început să devină tot mai conştiente una de cealaltă şi, din această cauză, fiecare parte, inclusiv „Sarah cea adultă", am început să ne numim „noi", în loc de „eu".

Deşi toate cele şapte părţi împărtăşeau acelaşi trup fizic şi doar câte una din părţi se putea relaţiona la alţi oameni care erau cu mine într-un moment oarecare, asta nu însemna că celelalte părţi încetau să mai existe atunci când erau ascunse. În timpul perioadelor pe care echipa le-a petrecut cu fiecare dintre părţi, ei le-au încurajat să simtă acelaşi lucru pe care îl simţeau şi celelalte părţi „subiacente", să dezvolte o dragoste şi o dorinţă de a se îngriji una pe cealaltă şi să se roage una pentru cealaltă. În acest mod, ele au dezvoltat o unitate prin învăţarea modului de „a lucra împreună" ca echipă.

Atunci când o parte se lupta cu o durere copleşitoare, Dumnezeu avea să aducă adesea o altă parte la suprafaţă pentru a-i spune acest lucru echipei de consilieri, încât ei să poată ajuta partea aflată în suferinţă să-şi aducă durerea înaintea lui Isus şi să fie mângâiată. În cele din urmă, fiecare parte a învăţat să lucreze în armonie cu celelalte şi să stea neclintită în faţa puterilor întunericului care urau lucrarea de dragoste şi de vindecare pe care o săvârşea Dumnezeu. În mod miraculos, fiecare parte a ajuns într-un loc al iertării complete, iertându-mi părinţii.

Cu toate că în calitate de „Sarah adultă" am continuat să mă lupt cu realitatea de a-mi însuşi toate părţile mele fragmentate ca parte integrantă a eului meu, în fiecare parte frântă aveam o compasiune pentru „Sarah adultă". Fiecare parte a iertat-o cu uşurinţă pe „Sarah adultă" pentru faptul că evadase şi simţeau cu mine în luptele pe care le dădeam, pentru că ştiau că eu trebuia să continui şi să fac faţă vieţii în timp ce ele rămâneau ascunse. Au fost întotdeauna cu mine, rugându-se din interior.

Timp acordat fiecărei părţi

Fiecare parte a beneficiat de mult mai mult decât doar de eliberarea din temniţa întunecată în care fusese ferecată.

Dorinţa lui Dumnezeu era să le elibereze total pe fiecare dintre ele, iniţial în mod individual, în bogăţia şi plinătatea vieţii pe care Isus a câştigat-o pentru fiecare dintre noi la cruce (Ioan 10:10). El a dorit să mă descopăr, să ştiu cine sunt, să răspund cu sinceritate strigătului din inima mea: „Cine sunt eu?" Deci, fiecărei părţi i s-a lăsat timp să-şi descopere unicitatea, ceea ce-i plăcea şi ceea ce nu-i plăcea, şi să facă ceea ce dorea să facă.

La început, acest lucru a fost un protocol de consiliere, dar pe măsură ce „eul meu adult" a devenit tot mai încrezător în a asculta de Duhul lui Dumnezeu şi în a şti când era momentul sigur şi potrivit, existau perioade când, fiind singură acasă, „treceam dincolo" şi acordam timp părţilor mele frânte doar pentru „a fi".

Înainte nu mă jucasem niciodată, însă Dumnezeu ştia că nu voi putea deveni vreodată un adult complet, unitar, dacă nu învăţam să mă joc ca un copil de 3 ani, sau să mă relaţionez la cei din jur ca o fată de 12 ani, sau să-mi exprim sentimentele ca o adolescentă.

În trupul meu adult, dar în orice altă privinţă ca un copil de 3 ani, mă jucam cu păpuşile şi pictam. Sarah 3 se percepea pe sine alergând, sărind şi ţopăind pe lângă Isus pe calea pe care ea o numea „a soarelui". În calitatea mea de copil de 3 ani, ştiam că Isus era bucuros de faptul că eu eram fericită, şi ştiam că Lui Îi pot spune când sunt tristă. Ştiam că era în regulă să fiu tristă cu privire la părinţii mei, dar ştiam, de asemenea, că mă puteam încrede în El şi că El nu avea să mă părăsească niciodată, absolut niciodată. Nu putea exista un contrast mai mare între această imagine a ceea ce însemna să iubeşti şi să fii iubită, şi acel loc rece şi izolat al întunericului din care fusesem salvată de El.

Sarah 9 adora scoicile şi făcea colaje, lipind scoici şi mărgele colorate pe hârtie şi apoi le picta. Ca Sarah 12, am învăţat să cânt la pian – ceva ce nu mai făcusem niciodată până atunci. Sarah 16 a descoperit machiajul, Sarah 17 adora natura şi florile, în timp ce Sarah 18 îşi folosea creativitatea în scris.

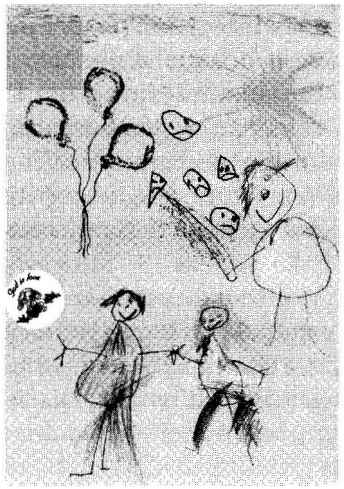


Figura 4. Desen, Sarah la vârsta de 3 ani (Dumnezeu este dragoste)

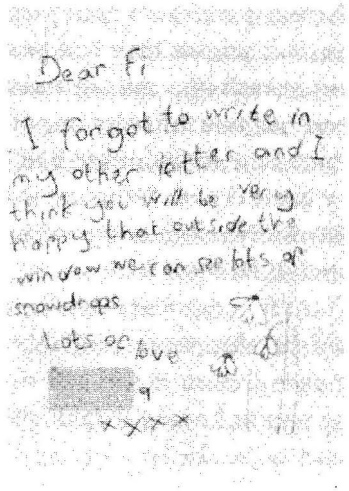


Figura 5. Scrisoare adresată Fionei, Sarah la vârsta de 9 ani (Dragă Fi, am uitat să îţi scriu în cealaltă scrisoare şi cred că vei fi foarte bucuroasă că afară, pe geam, vedem o mulţime de ghiocei. Cu multă dragoste, 9)

În diferite momente, fiecare parte a scris câte ceva şi, practic, în calitate de „Sarah adultă", am fost uimită să constat că scrisul de mână al fiecărei părţi corespundea îndeaproape vârstei ei. Sarah 3 ştia să-şi scrie numele, dar uneori scria unele litere invers. Scrisul de mână al lui Sarah 9 era mult mai dezvoltat, iar cel al lui Sarah 12 chiar şi mai mult de-atât, dar tot mai conţinea câteva greşeli de ortografie, iar scrisul părţilor mele din adolescenţă a devenit mult mai mărunt şi mai ordonat, cu un vocabular mult mai bogat.

Toate părţile mele fragmentate aveau momente foarte preţioase şi importante care le ajutau să devină tot mai conştiente de propria lor valoare. Uneori oamenii cred că trebuie să fi fost distractiv să te „trezeşti" copil mic, apoi copil mai mare, apoi adolescent şi, înapoi, din nou adult. E adevărat că fiecare parte a experimentat momente de bucurie, de râs şi de încântare, dar să trăieşti ca o persoană frântă nu este niciodată distractiv.

I used to think I
couldn't do anything any good but Jesus
has given me lots of friends and He has
helped me to do music and writing and
cross stitch. He has shown me that I can be
happy and He helps me if I am sad and he
shows me that I can help other people as
well when I pray for them and make things
for them and I think maybe when I talk to
them.

Obişnuiam să cred că nu mai pot face nimic bun, dar Isus mi-a dat o mulţime de prieteni şi m-a ajutat să compun muzică, să scriu şi să cos goblen. El îmi arată că pot fi fericită şi că mă ajută atunci când sunt tristă şi El îmi arată că şi eu îi pot ajuta pe alţi oameni, atunci când mă rog pentru ei şi când fac unele lucruri pentru ei, şi poate chiar şi atunci când stau de vorbă cu ei.

Sarah la vârsta de 12 ani

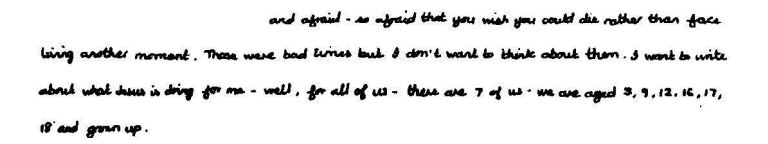
"I'm giving you a family,"
This new friend says to me,
"We love you and we care for you,
We'll never go away."

"Can this be true?" confused, I ask,
Dare I trust in Him?
A future and a hope at last?
I long to know it's really true and they won't abandon me.

— Eu îţi ofer o familie,
îmi spuse acest nou prieten.
— Noi te iubim şi te-ngrijim,
nicicând nu te vom lăsa.

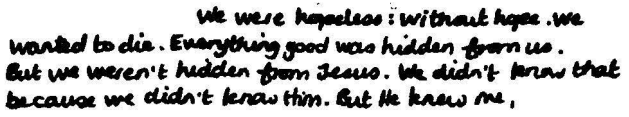
— Poate fi oare-adevărat? întreb eu, derutată.
Să-ndrăznesc a crede-n El?
În sfârşit un viitor şi o nădejde?
Tânjesc să ştiu că e adevărat şi că nu mă vor părăsi.

Sarah la vârsta de 16 ani


and afraid - so afraid that you wish you could die rather than face living another moment. There were bad times but I don't want to think about them. I want to write about what Jesus is doing for me - well, for all of us - there are 7 of us - we are aged 3, 9, 12, 16, 17, 18 and grown up.

Şi mi-e teamă – atât de teamă că ţi-ai dori mai degrabă să mori decât să mai suporţi să mai trăieşti încă o clipă. Acelea au fost momente rele, dar nu vreau să mă gândesc la ele. Vreau să scriu despre ceea ce face Isus pentru mine, pentru noi toate – noi suntem 7 – avem 3, 9, 12, 16, 17, 18 ani şi vârstă adultă.

Sarah la vârsta de 17 ani


We were hopeless: without hope. We wanted to die. Everything good was hidden from us. But we weren't hidden from Jesus. We didn't know that because we didn't know him. But He knew me.

Noi eram disperate: fără speranţă. Voiam să murim. Tot ce era bun era ascuns de ochii noştri. Dar noi nu am fost ascunse din faţa lui Isus. Nu ştiam asta pentru că nu-L cunoşteam pe El. Dar El m-a cunoscut pe mine.

Sarah la vârsta de 18 ani

Figura 6. Scrisul de mână al „părţilor fragmentate" ale lui Sarah

Întotdeauna a fost o luptă să renunţ la propriul meu control, să trec dincolo şi să le acord timp părţilor mele frânte. Şi, acceptându-mi frângerea, nu puteam scăpa fără să mă confrunt cu motivele care au făcut ca aceasta să aibă loc. Îmi doream din toată inima să fi fost un copil neinhibat, fără nicio grijă, căruia îi plăcea să-şi poarte părul lung, să şadă cu picioarele încrucişate pe podea şi să se joace cu baloanele de săpun – atunci când Dumnezeu dorise să fiu astfel. Întotdeauna bucuria de a face aceste lucruri a fost subminată de o anume tristeţe pentru că jocul meu era în afara ordinii fireşti a timpului.

Şi, cu toate că am făcut tot ce am putut mai bine să fiu sensibilă faţă de John, lui nu i-a fost uşor să facă faţă acestor perioade când eram în mod foarte evident copil. Nu i-a fost uşor nici să se obişnuiască văzând colecţia mea de ursuleţi,

păpuşi şi desene copilăreşti, care au devenit toate foarte importante pentru mine şi care erau o dovadă clară în casa noastră că soţia lui nu era în întregime adultă.

Adevărul este că nu acesta a fost cel mai bun plan al lui Dumnezeu pentru viaţa mea, cu toate că Îi sunt atât de recunoscătoare pentru faptul că, în îndurarea Lui, a fost planul Său de răscumpărare prin care Şi-a săvârşit minunile în toate aceste părţi sfâşiate ale personalităţii mele. În cele din urmă, fiecare dintre aceste părţi a fost capabilă să se relaţioneze la echipa de consilieri ca un copil normal şi sănătos pentru vârsta fiecărei părţi.

Creşterea şi aducerea împreună a părţilor

Desigur, scopul era întotdeauna să creştem şi să devenim o singură persoană, aşa cum a dorit-o iniţial Dumnezeu. Ca „Sarah adultă" îmi era foarte teamă de asta. Ştiam să trăiesc doar prin compartimentarea oricărui lucru: când eram singură acasă făceam substituirea şi o lăsam pe Sarah 3 să se joace cu jucăriile ei. După o vreme ea „cobora", iar „Sarah adultă" revenea din nou. Puneam jucăriile la locul lor şi mă apucam să gătesc cina. Cumva aşa funcţionam eu. Toate eram separate şi toate făceam lucruri diferite.

Ca „Sarah adultă" nu eram spontană şi nici nu am fost vreodată aşa. Totul trebuia să fie controlat şi nu-mi puteam imagina cum era ca noi toate să fim din nou o singură persoană. Mă temeam că nu aveam să ştiu cum să fiu eu însămi şi cum să mă comport. Mă temeam că aveam să pierd cumva controlul.

În fiecare parte existau temeri legate de creştere. Iată ce a scris Sarah 18:

> *Într-o zi Isus îmi va cere să cresc, iar asta este cea mai terifiantă opţiune pentru mine. El m-a salvat şi m-a vindecat de cele mai îngrozitoare lucruri, m-a eliberat şi mi-a redat libertatea, dar eu trebuie să recunosc faptul că El nu a dorit niciodată ca eu să fiu frântă şi întemniţată în afara timpului. Am 18 ani într-un trup care înaintează în vârstă în mod firesc. El este un Dumnezeu al ordinii, nu al haosului şi al confuziei, şi El m-a creat pe mine, la fel ca pe oricine altcineva, să fiu o singură persoană – întreagă, unită şi împăcată cu mine însămi şi cu El.*

Dar va trebui să cresc de la 18 ani la 38, printr-o singură rugăciune rapidă. E adevărat că am fost pierdută. Dar am fost găsită, sunt eu. Învăţ să fiu o persoană de sine stătătoare. M-am găsit pe mine şi am fost supărată că trebuia să mă unesc cu celelalte. Vreau să fiu eu însămi acum. Nu vreau să fiu altcineva. Isus mi-a dăruit prieteni. Mă tem că-i voi pierde. Vor mai dori oamenii să petreacă timp cu mine şi când voi fi cu 20 de ani mai bătrână? Mă tem atât de mult că voi fi altfel şi că nu voi mai fi eu însămi.

Isus mi le-a arătat pe celelalte şi am simţit că mă înfurii. Am vrut să le împing la o parte cu toată puterea mea şi să urlu la ele: „Nu! Plecaţi de-aici! Nu mă atingeţi! Nu vă apropiaţi! Nu încercaţi să fiţi parte din mine. Lăsaţi-mă să îmi trăiesc viaţa aceasta!" Ele doar s-au uitat la mine, fiecare singură şi inexpresivă.

M-am uitat la cele mai tinere. Niciodată nu am avut un trecut şi asta este BINE. M-am uitat la Sarah cea adultă şi mi-a venit să urlu:„Nu, nu, nu! Vă rog, nu!" Nu vreau să fiu ea. O să fiu din nou pierdută. Ea e căsătorită. Are copii. Nu, nu vreau aşa ceva. Am început să tremur de frică şi de panică şi m-am gândit la copiii pe care îi voi fi născut şi la abuzul pe care l-am suferit eu. Nu, nu vreau copiii ei sau atingerile soţului ei.

O voce atât de blândă şi de liniştită mi-a spus în şoaptă: „Acele persoane care, fiecare în parte, stau precum o insulă, inexpresive şi singure, eşti tu." Nu am vrut să aud una ca asta. Am încercat să-mi astup urechile şi am văzut nişte lucruri ce semănau cu nişte bucăţi mari şi pătrate de metal ce se pregăteau să coboare între mine şi fiecare dintre acele figuri izolate. Am strigat la Isus: „Ţine-mă! Te rog, ţine-mă!" Mi-am întins mâna şi L-am rugat să o ţină într-a Sa. „Te rog, Doamne Isuse, ia-mi Tu mâna! Ţine-mă de mână!" El a venit lângă mine şi S-a uitat în ochii mei, şi S-a uitat cu atâta drag şi la celelalte, şi fiecare părea atât de părăsită, şi El a spus: „Ţine-le şi pe ele de mână. Atunci, Mă vei ţine pe Mine de mână." Am fost îngrozită. „Nu! Te vreau pe Tine, Isuse, nu pe ele." El S-a uitat din nou la mine şi a spus: „Dacă le iubeşti pe ele, Mă iubeşti pe Mine. Dacă le ţii pe ele de mână, pe Mine Mă ţii."

Toată fiinţa mea se răzvrătea în faţa cuvintelor Lui. M-am simţit de parcă mă pierdeam din nou, de parcă aş fi încetat din nou să fiu eu însămi. Urma să cresc. Nu mai aveam posibilitatea de a alege. Eram zdrobită de durere.

Tremurând de teamă, am strigat la El să mă ajute să mă pot duce să le iau de mână pe acele figuri atât de singure.

Era atât de înspăimântător, dar El m-a ajutat. Era chiar acolo cu mine şi am stat într-un cerc, ne ţineam de mână, ne priveam unele pe altele, întrebându-ne în tăcere: „Mă accepţi? Mă vrei?" Niciuna dintre noi nu a respins-o pe cealaltă.

Isus mi-a arătat imediat că atât era tot ce aveam eu de făcut. M-a rugat să fac ceva atât de greu, iar eu mă temusem atât de tare de consecinţe, însă El nu avea niciun gând ascuns. A fost cu totul demn de încrederea mea. Mi-am întins mâna în ascultare, şi am găsit dragostea. A fost un gest al dragostei şi atunci am fost cuprinsă de un sentiment copleşitor de dragoste pentru Isus şi mi-am dorit mai mult ca oricând să fac orice mi-ar fi cerut El să fac. L-am rugat să-mi umple inima cu dragoste pentru celelalte, să-mi dea dorinţa nu doar să-mi întind mâna către ele din ascultare, ci să-mi deschid braţele larg pentru a le ura bun-venit fiecăreia dintre ele şi să le iubesc. Vreau ca inima mea să reflecte inima Lui.

Acesta a fost începutul, momentul când fiecare dintre părţi a început să le accepte şi să le cuprindă pe celelalte, şi momentul când au început să crească împreună spre a forma o persoană întreagă, aşa cum a intenţionat Dumnezeu să fiu.

Mai era mult de lucru în „Sarah adultă" înainte ca această reunire completă să aibă loc. Dar tocmai urma să vină clipa când, acceptându-mi fiecare parte fragmentată, aveam să mă accept şi pe mine însămi în totalitate, aşa cum eram eu. Făcând acest lucru, ororile abuzului şi ale neglijării îşi pierdeau orice putere asupra mea. (Voi arăta modul în care s-a întâmplat acest lucru în ultimul capitol al cărţii.)

CAPITOLUL 6

Adevărul despre primii mei ani de viaţă

Prin intermediul flashback-urilor şi a tot ce împărtăşise echipa de consiliere cu „mine cea adultă" referitor la timpul pe care-l petreceau cu părţile mele de copil, părţi ce deţineau memoria completă a copilăriei mele, am început să-mi formez pentru prima oară o imagine corectă a primilor mei ani de viaţă. Şi mai târziu, după ce toate părţile mele fragmentate s-au unit, am dobândit memoria completă şi netrunchiată a întregii mele copilării şi a anilor de adolescenţă.

Anii de şcoală

La şcoală fusesem o singuratică şi ceea ce profesorii numeau „copil reticent". Încercasem să mă fac neobservată, pironindu-mi privirea la tăblia băncii sau la podea, roşie la faţă, nedorind ca vreun profesor să mă numească pe mine când adresa vreo întrebare clasei. Nu că nu aş fi ştiut să răspund – mă temeam pur şi simplu să vorbesc.

Nu am fost un copil vizibil tulburat, a cărui evoluţie să aibă de suferit, sau un copil rebel cum era fratele meu mai mic, Mark, care avea adesea probleme la şcoală şi, mai târziu, cu poliţia. În durerea şi frustrarea lui, se năpustea asupra celor din jur, pe când eu mă ascundeam în mine însămi şi îmi canalizam voinţa înspre a fi bună şi harnică. Calificativele mele de la şcoală conţineau cuvinte precum „harnică" şi „silitoare",

alături de alte comentarii mai profunde precum „nesigură pe ea" şi „retrasă".

În pauze obişnuiam să privesc de la distanţă cum alergau şi se jucau ceilalţi copii, sărind coarda şi jucând tenis la locul de joacă şi, în secret, îmi doream să mă alătur lor. Dar îmi ţineam capul plecat şi îi urmăream pe sub sprâncene, temându-mă chiar şi să stabilesc vreun contact vizual cu cineva, pentru că nu puteam permite nimănui să se apropie de mine. Ar fi pus prea multe întrebări şi erau prea multe răspunsuri pe care eu nu le puteam rosti.

La sfârşitul fiecărei zile de şcoală, copiii alergau la mămicile lor care îi aşteptau la locul de joacă şi le întâmpinau cu zâmbete şi îmbrăţişări, gata să-şi povestească pe nerăsuflate toate păţaniile. Şi mama mea venea la locul de joacă după mine şi după fratele meu, dar nu exista niciun schimb de cuvinte sau vreun zâmbet între noi. Nu aveam voie să vorbim în public. Era nepoliticos. Aşa că mergeam spre casă în tăcere.

Ştiam că noi nu eram ca şi ceilalţi copii, şi că familia şi casa noastră erau diferite, dar mă prefăceam că nu era aşa. La fel făcea şi mama. Cu toate că aveam foarte puţini bani, ea ne îmbrăca bine şi eram întotdeauna curaţi şi puşi la punct. Eram educaţi să ne purtăm frumos, să fim politicoşi şi să nu vorbim decât dacă ni se adresează vreo întrebare. Iar acasă tata ne pedepsea cu bătaia dacă vorbeam neîntrebaţi.

Mama ţinea oamenii la distanţă. Atunci când vecinii i se adresau, ea le răspundea monosilabic. Mai târziu, ne spunea că oamenii îşi băgau nasul unde nu le fierbea oala şi noi nu aveam voie să vorbim cu ei. Şi atât eu, cât şi fratele meu ştiam fără să ni se mai spună că nu ne era permis sub nicio formă să aducem vreun prieten acasă de la şcoală sau să mergem în vizită la cineva acasă.

Eu trăiam în lumea pe care o inventasem în mintea mea, unde susţineam că totul era în regulă, că eu eram în regulă şi mă prefăceam că nu trăiam cu teama constantă că cineva ar putea afla adevărul.

O familie violentă

Adevărul era că familia noastră era extrem de disfuncţională.

Tatăl meu era furios şi agresiv şi între părinţii mei aveau loc adesea certuri pline de furie şi bătăi violente.

Eu şi fratele meu ştiam când se pregăteau de ceartă. Eu fugeam şi stăteam ghemuită sus, pe scări. Mark se suia în pat şi se ascundea sub pături. Adesea el adormea în mijlocul certurilor, însă eu eram întotdeauna paralizată de teamă pentru siguranţa mamei mele şi ascultam cu atenţie schimburile acide de replici.

În timpul unui incident, tata a ameninţat-o pe mama că avea „să-i rupă toate oasele" deoarece o suspecta că ar fi avut o relaţie, cu toate că nu era adevărat. Uneori urca apăsat pe scări şi îşi revărsa toată mânia asupra mea, snopindu-mă în bătaie doar pentru faptul că trăsesem cu urechea. Alteori ieşea ca o furtună pe uşă, trântind-o cu putere în urma lui şi lăsându-ne singuri... dar întotdeauna se întorcea acasă.

Au fost alte momente când îşi vărsa mânia exclusiv asupra fratelui meu sau asupra mea. Ochii lui întunecaţi i se bulbucau şi ai fi zis că erau cât pe-aici să-i iasă din orbite. Era un bărbat vânjos, greu, îndesat, cu braţe puternice şi degete groase la mâini. Ne apuca pe unul din noi şi ne bătea, iar noi repetam la nesfârşit: „Îmi pare rău, îmi pare rău!" Nu ştiam altceva – ce făcuserăm de se înfuriase aşa de rău pe noi, sau de ce ne părea rău – decât faptul că doream să se oprească.

Abuzul sexual

Dar, pentru mine, mai rău decât bătăile a fost abuzul sexual, care a început când aveam 3 ani. Tatăl meu era mic întreprinzător şi repara motorete în atelierul său, o anexă aflată în perimetrul casei noastre. Ori de câte ori mă lăsa mama singură, el intra în casă, mirosind a sudoare şi a ulei de motor, şi mă abuza, satisfăcându-şi propria plăcere sexuală depravată. Era un om atât de înspăimântător, încât făceam tot ce-mi cerea să fac, chiar repetam după el că îmi plăcea, când, în realitate, eram îngrozită, plină de repulsie şi sufeream de durere. Acele momente erau cele mai rele.

Când tata termina cu mine, mă ameninţa să-mi ţin gura, adesea îmbrâncindu-mă la podea, apoi ieşea şi mă lăsa singură până când se întorcea mama.

Cu toate că eram rănită, nu durerea fizică sau sentimentul

trădării ori al singurătăţii erau cele care mă chinuiau cel mai rău, ci convingerea că eram murdară şi vinovată. Ştiam că ceea ce se întâmplase era greşit şi eram convinsă că era vina mea, că eu eram rea. Eram disperată să curăţ şi să pun totul în ordine, cât puteam mai bine, copil fiind: pe mine, mobila, camera... înainte să vină mama acasă. Nu voiam ca ea să afle şi să se supere pe mine.

Dar de îndată ce intra, ea ştia. Întotdeauna ţinea casa imaculată şi observa orice lucru care nu era la locul lui, orice urmă de sânge sau de ulei de pe hainele tatălui meu pe care eu nu le observasem. Poate că uneori vedea doar teama şi vinovăţia întipărite pe faţa mea. Orice-ar fi fost, se uita la mine cu o privire dispreţuitoare ce părea să îmi străpungă toată fiinţa, judecându-mă în tăcere.

Era privirea de care mă temeam mai mult ca de orice altceva – privirea care mă condamna pe mine, nu doar pentru abuz, ci pentru însăşi faptul că fusesem concepută, pentru faptul că mă născusem, pentru faptul că existam. Îmi spusese în repetate rânduri că şi-ar fi dorit să nu mă fi născut niciodată şi reuşea să-mi transmită foarte clar, când tăcea, furioasă, cu buzele strânse, că eram incapabilă să îi fac pe plac.

Dar în acele momente nu striga la mine. În schimb, aproape în şoaptă, cu o voce plină de ură, mă făcea „mizerabilă" şi „netrebnică" şi, arătând cu degetul spre dormitor, îmi poruncea: „Dispari acolo!" Eram pedepsită ca un criminal întemniţat într-o celulă.

Evadarea mea

Dar faptul că mă închidea acolo însemna mai mult decât faptul că eram singură fizic şi izolată. Purtam cu mine o povară imensă de vinovăţie şi auto-învinuire, şi nu aveam nicio cale de a exprima ceea ce simţeam, niciun adult responsabil care să-mi ofere sprijin şi consolare, care să-mi uşureze povara ce era pur şi simplu prea grea pentru un copil.

Asta a fost ceea ce m-a silit să evadez în „locul nimicului", să mă separ psihic de oroarea circumstanţelor în care trăiam, să mint, să neg şi să dau la o parte toată experienţa aceea devastatoare. Copil fiind, nu cred că ar fi existat vreo altă cale prin care să fi putut supravieţui acelei perioade.

Disperată după dragoste

Cu toate că am crescut în aceeaşi casă, consider că fratele meu a scăpat uşor. Tata nu l-a abuzat sexual, iar mama nu purta aceeaşi amărăciune şi mânie în inima ei faţă de el. Chiar şi aşa, în viaţa sa de adult a avut problemele lui, ispăşind câte o pedeapsă atât în şcoala de corecţie, cât şi, mai târziu, la puşcărie.

Când era mic, mama îl lua în braţe şi îl dezmierda. Nu-l ura şi nici nu a fost pedepsit la fel de des sau de aspru ca şi mine. Nu-l îndrăgeam pe fratele meu. Eram geloasă pe atenţia pe care i-o acorda mama şi îmi amintesc acum că-mi doream să-l închid într-un dulap. Dar nu aş fi îndrăznit să fac una ca asta, sau să mă apuc s-o întreb pe mama de ce-i spunea sau de ce-i făcea anumite lucruri. În orice caz, cred că nu mi-a trecut niciodată prin minte să fac aşa ceva, pentru că nu credeam că ea ar fi putut greşi cu ceva.

În moduri diferite, mă temeam de ambii mei părinţi, însă îmi doream cu disperare dragostea lor, mai ales dragostea mamei mele. Cu logica naivă a unui copil, credeam că mă născusem „rea" şi că, prin urmare, eram vinovată şi de condamnat pentru orice nu funcţiona în viaţa părinţilor mei. Oricât de mult aş fi dorit dragoste, mă judecam pe mine că nu meritam iubirea lor, şi nici pe-a altcuiva.

Când am prelucrat toate aceste informaţii ca adult, am înţeles că nedreptatea de a fi grav abuzată sexual şi neglijată emoţional în copilărie putea fi comparată cu sentinţa de condamnare la închisoare pe viaţă, în condiţii mizerabile, dată unui om nevinovat. În cele din urmă, condamnatului îi va fi mai uşor să ajungă să creadă că *el* e vinovat şi că merită pedeapsa pe care o primise, decât să trăiască o viaţă întreagă cu durerea nedreptăţii.

Pentru un copil, durerea şi deznădejdea de a fi „rău" şi neiubit, nutrind totodată dorinţa disperată de a fi iubit, au fost probabil copleşitoare. Dar niciodată nu am încetat să mă străduiesc „să fiu bună", crezând că într-o bună zi aveam să reuşesc să-mi şterg eticheta de vinovată, iar părinţii mei aveau să mă iubească şi totul avea să fie în regulă.

Era o fantezie deznădăjduită, cu toate că atunci când îmi spunea mama că îşi dorea ca eu să nu mă fi născut niciodată,

sau că eu eram rădăcina tuturor problemelor ei, sau că îşi dorea să mă fi dat totuşi spre adopţie cum intenţionase de la bun început, cuvintele ei nu făceau altceva decât să mă determine să încerc şi mai mult să o mulţumesc.

Anii adolescenţei

Ne-am schimbat de două ori domiciliul. Pe când aveam 7 ani ne-am mutat din Londra în zona de răsărit a Angliei, iar când am făcut 10, ne-am mutat în partea de sud a Angliei. Cu toate că fiecare mutare ar fi trebuit să reprezinte „un nou început" pentru noi, nimic nu s-a schimbat de fapt. În cele din urmă, în timpul pubertăţii mele, tatăl meu ne-a părăsit pentru o altă femeie. Apoi părinţii mei au divorţat şi, pentru o vreme, am crezut că abuzul încetase.

Dar a început să ne viziteze regulat acasă, ducându-mă apoi în maşina lui, adesea conducând cu viteză foarte mare, ca să mă sperie înainte să ajungem la destinaţie. În perioada adolescenţei mele, actele lui de umilire şi de destrăbălare sexuală au atins un punct maxim şi au fost deosebit de chinuitoare. Dar eu am continuat să neg fiecare experienţă îngrozitoare şi să fac tot ce puteam ca să-mi continui viaţa ca şi când nimic nu s-ar fi întâmplat.

Abandonarea şcolii

Când am ajuns în clasa a X-a, a fost o perioadă în care am lipsit câteva zile de la şcoală pentru că aveam nişte dureri fizice îngrozitoare. Eram speriată şi stresată, dar obiectul fricii mele era complet deplasat: eram preocupată de temele de casă, pentru că mă străduiam să fiu printre primii.

Nu aveam parte de ajutorul pe care-l primeau alţii, iar acum îmi luasem timp liber. Am fost terorizată de gândul că aveam să rămân în urmă, poate chiar să nu trec clasa, rămânând repetentă şi dând de bucluc. Drept urmare, în timp ce mama mea a lipsit câteva zile de acasă, m-am întors la şcoală să-mi aduc toate lucrurile acasă şi m-am hotărât să nu mai merg niciodată la şcoală.

Când mama s-a întors acasă, eu îmi şi găsisem un loc de muncă la un magazin, într-o filială a unui lanţ naţional de magazine. A fost o uşurare s-o iau de la început. Mă simţeam de parcă aş fi fost eliberată de tot trecutul pe care nu-mi doream să mi-l mai amintesc. În realitate, ceea ce lăsam în urmă era mult mai mult decât înţelegeam eu pe-atunci – nu doar şcoala, dar şi partea traumatizată din mine care avea să devină mai târziu cunoscută sub numele de Sarah 16.

Un nou început

Mi-am început noua slujbă, simţindu-mă nesigură, temându-mă să fiu în centrul atenţiei, strecurându-mă în fiecare dimineaţă în vestiarul angajaţilor, sperând să nu mă vadă nimeni. Toţi cei de acolo sporovăiau necontenit, iar eu şedeam în tăcere, încercând să trec neobservată, nerăbdătoare să ajung în magazin, unde mă puteam apuca de lucru. Era aşa o uşurare să pot uita de mine, lucrând pe rupte.

Echipa celor de la conducere mă lăuda şi mă încuraja, iar încrederea mea a început să crească. Am început să-mi ridic capul şi să îndrăznesc să vorbesc şi să particip la conversaţii. Am început să mă machiez şi să îmi cumpăr haine elegante din banii pe care-i câştigam.

Puţin câte puţin mi s-au dat mai multe responsabilităţi, şi au început să-mi ceară să mă duc să-i ajut şi pe cei de la alte filiale ale companiei din ţară, uneori pe o perioadă de câteva zile, alteori pe câteva săptămâni sau luni de zile. M-am bucurat de aceste ocazii în care scăpam de-acasă, eram independentă şi excelam în serviciul meu. Treptat, am fost promovată într-un post de conducere, trecând prin diferite departamente, până când, în final, am devenit cel mai tânăr manager de filială din companie.

Aveam o nouă carieră strălucită şi promiţătoare, dar în spatele cortinei continuam să trăiesc un fel de viaţă dublă. Îmi doream să fiu ca şi oamenii din jurul meu, să fiu „normală" şi acceptată pe plan profesional. Dar de îndată ce plecam de la serviciu şi mă duceam acasă, seara, deveneam ca un copil speriat, îngrozită de controlul mamei mele, îngrijorată cu privire la cum trebuia să mă port sau ce trebuia să-i spun. Eram în continuare un copil disperat, evitând s-o provoc să „sară calul" şi încercând să-i câştig aprobarea.

Mediul în care trăiam a continuat să fie unul foarte instabil.

Tatăl meu apărea pe neaşteptate şi mă lua în maşina lui. Iar eu stăteam întotdeauna ca pe ace aşteptându-mă la „vizitele" lui, cu toate că niciodată nu m-a forţat fizic să-l însoţesc. Adevărul e că nici nu trebuia s-o facă. Îmi era întotdeauna atât de frică de el, încât nu trebuia decât să se uite la mine şi aş fi făcut orice-ar fi dorit de la mine. Uneori mă ducea la noul lui domiciliu. Alteori mă ducea undeva, la ţară, şi abuzul avea loc în maşină.

Sfârşitul abuzului

Totul a încetat, în sfârşit, când am împlinit vârsta de 18 ani. De-a lungul anilor carierei mele, am scăpat atât de abuzul tatălui meu, cât şi, cel puţin circumstanţial, de dominarea şi de controlul mamei mele. Compania mea îmi asigura cazarea la hotel în timpul deplasărilor temporare, atunci când lucram la alte filiale, apoi când am fost promovată într-un post din alt oraş, mi-am închiriat un apartament.

Eram mai fericită, mai puternică, o persoană mult mai sigură de sine per ansamblu. La acea vreme am pus această schimbare a mea pe seama carierei mele de succes. Nu eram capabilă să fac legătura cu adevăratul motiv, şi anume că pentru mine era o mare uşurare să fiu departe de casă, întrucât atunci mă puteam separa complet de gravitatea trecutului meu.

O viaţă amnezică

Toate amintirile erau ascunse în părţile mele fragmentate şi, ca adult, nu am avut acces la ele decât mulţi ani mai târziu, la Ellel Grange, când toate părţile au devenit în sfârşit unite cu „eul meu adult", devenind o persoană întreagă.

Oamenii mă întreabă adesea cum am trăit atât de mulţi ani fără să-mi pot accesa amintirile din copilărie. Răspunsul este că până când nu am început să primesc ajutor, nu m-am gândit niciodată la acest aspect. Niciodată nu m-am confruntat cu faptul că nu-mi aduceam aminte.

Existau anumite informaţii factuale pe care le cunoşteam, cum ar fi adresele la care locuisem şi şcolile la care învăţasem, şi credeam că acele informaţii reprezintă amintirile mele. Când

se întâmpla ceva, iar eu ar fi trebuit să-mi amintesc anumite amănunte din viaţa mea şi nu reuşeam, eram pur şi simplu frustrată pe mine însămi. Nu o vedeam ca pe o dizabilitate, ci ca pe un eşec. Eram stânjenită şi atunci mă prefăceam, dar asta nu se întâmpla prea des, pentru că devenisem foarte pricepută în a evita anumite subiecte şi a conduce conversaţiile astfel încât să nu fiu nevoită să-mi expun slăbiciunea.

Fără să-mi dau seama ce făceam, m-am agăţat de o concepţie falsă, idealizată cu privire la trecut. Era ca şi când mi-aş fi spălat creierul de una singură. Şi a funcţionat, până când am ajuns într-un punct din viaţă când toate acele părţi, care fuseseră îngropate în interior şi care deţineau tot adevărul, nu au mai putut suporta să stea întemniţate şi au început să exercite presiuni, fiind disperate să se facă auzite şi să fie eliberate.

CAPITOLUL 7

Scoaterea din evidenţa spitalului de psihiatrie

În mai 1997, am avut o întâlnire cu doctorul Searle, la care a participat şi Fiona. A fost o întâlnire pozitivă şi încurajatoare. Doctorul Searle a spus că era impresionat de schimbările pe care le observa la mine, într-atât de impresionat, încât era gata să mă scoată din evidenţa spitalului de psihiatrie şi să mă lase în grija Ellel Ministries.

A spus că întotdeauna ştiuse că eu „avusesem parte de 18 ani de mizerie" şi că „veneam dintr-un loc mai groaznic decât majoritatea celorlalţi". Încă de la începutul internării mele la spital, el mi-a observat convingerile iraţionale. A spus că, după cum vedea el lucrurile, era ca şi când zidurile vieţii mele erau alcătuite doar din nişte coli subţiri de tapet, fără a fi susţinute de nimic în spate, şi că ar fi fost foarte crud din partea lui să-mi îndepărteze „tapetul", pentru că m-aş fi prăbuşit cu totul, iar el nu m-ar mai fi putut ridica.

Cred că ceea ce spunea el era că, dacă tot adevărul despre frângerea mea şi despre abuzul suferit în copilărie ar fi fost expus la spital, durerea nedreptăţii şi a cruzimii propriilor mei părinţi m-ar fi împins cu uşurinţă peste marginea prăpastiei.

Abia atunci am înţeles, cu adevărat, cum doar Dumnezeu singur poate restaura o viaţă spulberată. El Îşi revelase cu multă răbdare acceptarea necondiţionată, dragostea şi credincioşia Sa, care în cele din urmă îmi oferiseră puterea de a începe să dau drumul cârjelor şi să înfrunt realităţile dureroase ale vieţii mele. El nu intrase în viaţa mea cu buldozerul, ci ca un Maestru, restaurându-mă cu multă sârguinţă, chiar în timp ce mă demola cu multă blândeţe.

Doctorul Searle dorise întotdeauna să mă ajute şi făcuse tot ce putuse mai bine, prescriindu-mi medicamente care aveau menirea de a controla sentimentele mele de frică şi de ură faţă de propria-mi persoană şi dorinţele suicidale care izvorau din interior, din părţile frânte ale eului meu.

În timpul primelor luni ale vizitelor mele la Ellel Grange, am continuat să iau doze mari de antidepresive, tranchilizante şi somnifere, şi au existat momente când mă simţeam vinovată că nu mă bazam exclusiv pe Dumnezeu. Însă doctorul Searle m-a încurajat, explicându-mi că trebuia să mă gândesc la mine ca şi când m-aş fi găsit în mijlocul oceanului, încercând să mă agăţ de o stâncă (ceea ce eu am interpretat drept Stânca!). Mi-a spus că eu nu eram suficient de puternică pentru a ajunge acolo de una singură, însă medicamentele aveau să mă ajute să mă menţin la suprafaţă în timp ce înaintam. Iar această explicaţie a dânsului mi s-a părut extrem de utilă.

Acum, în cadrul acestei întâlniri, după 14 luni de la primul Sejur de Vindecare de 10 zile petrecut la Ellel, Fiona şi cu mine i-am povestit despre părţile sfâşiate ale personalităţii mele. Părea corect să-i permit lui Sarah 12 să iasă la suprafaţă şi, ca un copil de 12 ani, care la acea oră era deja liber şi fericit, i-am vorbit doctorului Searle. El a înţeles fragmentarea cu care aveam de-a face, însă i-a spus Fionei: „Problema pe care o veţi întâmpina va fi aceea de a integra aceste părţi." Şi avea dreptate. Ea nu o putea face, nici eu şi nimeni altcineva. Era nevoie de lucrarea lui Dumnezeu, a Creatorului, care să mă facă din nou întreagă.

După 5 luni de la prima mea vizită la Ellel Grange mi s-a întrerupt orice medicaţie psihiatrică şi nu am experimentat niciun fel de manifestări de sevraj sau ceva asemănător. Iar acum, la această întâlnire, doctorul Searle a verificat vindecarea pe care o primisem prin slujirea de rugăciune şi m-a scos din evidenţa spitalului de psihiatrie.

Acesta a fost un minunat punct de cotitură în viaţa mea. Trecuseră peste doi ani de când căzusem prima dată în depresie şi încercasem să-mi pun capăt vieţii. Trăisem multă vreme având convingerea că nu voi mai scăpa niciodată de medicamentele psihiatrice şi de internările în spital, iar faptul că am fost scoasă din evidenţele lor a reprezentat un motiv de sărbătoare, în ciuda faptului că noi toţi ştiam că mai aveam încă mult de lucru.

CAPITOLUL 8

Cum pot ierta?

Părţile mele fragmentate primiseră o vindecare extraordinară. Nu se mai aflau într-o stare traumatizată şi tulburată. Acolo unde în fiecare dintre părţi existase o nesiguranţă profundă, acum exista un centru solid de siguranţă, care provenea din faptul că erau eliberate de durerea trecutului şi că ştiau că erau iubite în prezent, iar din acestea îşi luau o putere enormă. Nu au mai existat atacuri de panică sau dorinţe disperate de sinucidere care să izbucnească în afară din aceste părţi. Acestea ajunseseră într-un loc al păcii unde erau gata să fie unite, la timpul potrivit.

În „eul meu adult" am avut parte de uşurare, dar în acelaşi timp a existat confuzie şi frustrare: dacă toate părţile mele erau libere şi fericite, de ce mai continuam eu să mă lupt cu toate consecinţele trecutului meu şi de ce era necesar tot acest proces de vindecare care să dureze atâta timp?

Dumnezeu i-a dat unuia dintre consilierii mei o viziune care a fost extrem de utilă. A spus că existau diferite tipuri de ciment: unele care aveau toate ingredientele necesare în ele, fără niciun fel de aditivi, şi care se întăresc progresiv în timp, şi de aceea sunt denumite cimenturi cu întărire lentă; şi mai există alte tipuri de ciment cărora li se adaugă anumite substanţe chimice care le fac să se întărească rapid, şi se numesc cimenturi cu întărire rapidă, însă problema cu acest tip de ciment este că experimentele dovedesc că nu rezistă în timp.

Dumnezeu îmi spunea că El nu îmi oferea o „rezolvare rapidă", care ar fi scurtcircuitat unele probleme nerezolvate, ci

Îşi desfăşura puterea Sa în mine, astfel încât să rămân tare şi să rezist. Mi-am dat seama că El răspundea tocmai dorinţei pe care inima mea o avusese încă de la bun început, aceea de a fi „vindecată cu adevărat". Asta însemna foarte mult pentru mine şi am fost întărită să merg mai departe.

Iertându-mă pe mine însămi

A venit timpul să abordez din nou problema iertării. În timpul primei mele vizite la Ellel Grange, ni se vorbise despre nevoia de a ne ierta, atât unii pe alţii, cât şi pe noi înşine, însă pe atunci, cum nu aveam nicio amintire legată de trecut, singura persoană pe care o învinovăţeam – şi pe care mă gândeam că probabil trebuia s-o iert – eram eu însămi.

Mă simţeam atât de vinovată şi de ruşinată, nu doar pentru că eram deprimată şi bulimică, ci şi pentru că nu puteam să întreţin relaţii intime cu John, pentru stresul la care-l supuneam, pentru că-mi dezamăgisem copiii, pentru că le răpeam timpul consilierilor mei... Cumva, răstălmăceam fiecare situaţie în minea mea, încât chiar dacă anumite lucruri care ieşeau rău nu aveau absolut nicio legătură cu mine, mă simţeam ca şi când eu aş fi fost exclusiv de vină. Eram furioasă şi mă uram pe mine. Iată ce scriam în jurnalul meu în acele zile de început:

> *Trebuie să mă iert pe mine. Toată vinovăţia asta din interior îmi îngreunează foarte mult situaţia. Mă învinuiesc şi mă abuzez pentru că nu mă pot ierta eu pe mine, iar neiertarea duce la gânduri de sinucidere. În adâncul fiinţei mele eu singură mă ridic împotriva mea.*

Iar jurnalul continuă relatând despre sentimentul copleşitor de vinovăţie pe care-l simţeam pentru că nu mă puteam ierta pe mine, şi apoi despre tendinţa compulsivă de a mă pedepsi tăindu-mă pe braţe, sau chiar luând supradoze de medicamente. Fiona şi Anna mi-au spus: „Nu aşa lucrează Dumnezeu", şi m-au încurajat să mă rog. I-am spus lui Dumnezeu că doresc să mă iert, pentru că asta spunea Biblia că trebuia să fac, dar era greu şi aveam nevoie de ajutorul Său.

Confruntarea cu vinovăţia falsă

Îmi dezvoltasem un stil de viaţă prin care mă învinovăţeam şi mă pedepseam: mă privam de mâncare, de dragoste şi de orice îmi părea a fi bun. Pe măsură ce timpul trecea, iar eu acceptam realitatea faptului că fusesem abuzată în trecut, Dumnezeu a început să mă încurajeze, prin intermediul consilierilor mei, nu doar să-mi cer iertare pentru toate acuzaţiile pe care mi le aduceam mie însemi, ci şi să aleg activ să renunţ la acest mod de viaţă.

Vinovăţia falsă nu doar că mă împiedica să recunosc cine era cu adevărat vinovat, dar mă împiedica totodată să accept şi să mă ancorez în lucrurile pozitive pe care Dumnezeu le aducea acum în viaţa mea. Am continuat să nutresc în mod constant gânduri negative, indiferent cât de mărunte erau în comparaţie cu toate lucrurile pozitive, şi chiar priveam într-o lumină negativă tot ceea ce mi se oferea pozitiv. Atunci când consilierii mei îmi spuneau că ei consideră că fac progrese, şi că erau bucuroşi să-mi acorde o după-amiază liberă, iată cum o percepeam eu: „Sunt o persoană oribilă... Nu mai vor să petreacă timp cu mine... Vor să scape de mine" etc.

Acesta era obiceiul meu de-o viaţă şi, cu toate că mi-a fost foarte greu, am înţeles treptat că trebuia să mă străduiesc să mă opun acestei vinovăţii false atât de chinuitoare. Biblia spune: „orice gând îl facem sclav ascultării de Cristos" (2 Corinteni 10:5) şi „urâţi răul, lipiţi-vă de bine" (Romani 12:9).

A fost extrem de greu pentru mine să renunţ la acest obicei şi să-mi cultiv gânduri bune, să fiu drăguţă cu mine şi să mă hrănesc – a fost o strădanie în sine. Era atât de diferit în comparaţie cu ceea ce îmi doream eu să fac. Dar pentru că Dumnezeu lucra la un nivel atât de profund, revelând abuzul şi felul în care eu îmi internalizam sentimentele, am fost capabilă să înţeleg de ce mă comportam aşa cum o făceam.

Fiona şi cu Anna m-au ajutat să recunosc faptul că aveam nevoi legitime (inclusiv nevoia de dragoste şi de hrană) şi că nu era normal să le reprim. Eram conştientă de prezenţa Duhului Sfânt în mine, confirmând adevărul cuvintelor lor, şi El a fost Cel Care m-a ajutat, pas cu pas, să pot face alegerile dificile de a înceta să-mi mai fac greaţă şi să-mi cumpăr

laxative, de a renunţa la bulimie şi de a-mi îngădui să mănânc mâncare gustoasă şi să mă las răsfăţată. Toate acestea erau de fapt alegerile mele de a mă ancora puternic în ceea ce îmi arăta Dumnezeu a fi o cale mai bună.

Iertarea detaşată de durere

Atunci când a venit timpul să-mi iert părinţii, trebuie să încep prin a spune că nu am avut niciun fel de probleme cu asta. Îmi petrecusem toată viaţa supunându-mă unor reguli, iar primul gând care mi-a venit în minte nu a fost acela că-mi va fi greu să iert, ci acela că Biblia ne spune să iertăm: „Şi ne iartă nouă greşelile noastre, precum şi noi iertăm celor ce ne greşesc... Dar dacă nu-i iertaţi pe oameni, nici Tatăl vostru nu vă va ierta greşelile" (Matei 6:12, 15).

Cu o ascultare mecanică, am spus: „Doamne Isuse, îi iert pe părinţii mei şi îi eliberez în libertatea iertării mele." Nu spun că n-am fost sinceră când am rostit aceste cuvinte. Atât cât am fost în stare, inima mea era cu totul în asentimentul cuvintelor, doar că sentimentele mele erau complet reprimate.

Faptul că am rostit acea rugăciune nu mi-a adus niciun fel de uşurare, însă am început să înţeleg că problema nu era doar aceea că sentimentele mele erau deconectate, dar concomitent cu iertarea părinţilor mei în inima mea continuam să le scuz comportamentul şi reveneam la a-mi asuma toată vina: „Le-a fost greu cu mine. Nu am fost un copil cuminte." Continuam să neg şi să minimalizez efectul greşelilor comise de părinţii mei: „Eu sunt bine. Chiar dacă părinţii mei au greşit cu ceva, nu m-a afectat chiar atât de mult ceea ce au făcut."

Încetul cu încetul am înţeles că iertarea mea era incompletă dacă nu implica mai mult decât o decizie mentală, detaşată de durere. Iertarea inimii mele nu putea fi sinceră şi totală decât dacă alegeam să Îl las pe Dumnezeu să Se ocupe de judecarea părinţilor mei, iar eu să-i eliberez totalmente, iertându-i pentru tot ceea ce-mi făcuseră vreodată, dar în acelaşi timp îngăduindu-mi să simt propriul meu răspuns emoţional legat de trecut. Acest lucru avea să fie mult mai greu. Dar aici a fost locul unde m-a adus Dumnezeu.

Ura de sine a fost apărarea mea

Întotdeauna a fost mai uşor să fiu furioasă pe mine decât pe părinţii mei sau pe oricine altcineva. Însă prin consiliere înţelegeam tot mai mult nu doar realitatea abuzului, ci şi adevărul că în timp ce ura şi veninul din mine erau îndreptate spre interior, evitam să mă confrunt cu faptul că acţiunile părinţilor mei faţă de mine au fost rele şi că eu, copil fiind, nu meritasem să fiu abuzată.

Dumnezeu mă ajutase deja să înţeleg că era greşit faptul că mă auto-pedepseam, iar El dorea să mă expun realităţii şi durerii faptului că negam că era greşit. Referindu-se la Dumnezeu, Biblia spune: „Tu doreşti ca adevărul să fie în adâncurile fiinţei" (Psalmul 51:6).

Şi referindu-se la noi:

> Veţi cunoaşte adevărul, iar adevărul vă va elibera."
>
> (Ioan 8:32)

Am putut vedea faptul că sinceritatea faţă de mine însămi şi faţă de Dumnezeu era singura cale spre libertatea adevărată, dar eram plină de temeri.

Descoperirea rănii care supura

Duhul Sfânt din mine a fost Cel Care a început să mă ajute să mă conectez la adevăratele mele sentimente şi să le pot simţi. Am fost şocată să observ că în interiorul meu nu exista doar durere, ci şi o furie ce clocotea în faţa nedreptăţii la care fusesem supusă de către părinţii mei, şi că în mine existau amărăciune, resentimente şi nu doar neiertare, ci şi dorinţa de a mă răzbuna. Aveam sentimente ucigătoare faţă de părinţii mei; uram ceea ce-mi făcuseră şi uram toate lucrurile de care mă privaseră. Eram geloasă pe ceea ce avuseseră alţii şi eu nu. Adânc, în inima mea, strigam: „Aş fi vrut ca totul să fie altfel!" Şi uram felul în care toate cele întâmplate îmi afectaseră întreaga viaţă, precum şi viaţa lui John şi a copiilor.

Totul arăta ca şi când aş fi îndepărtat pansamentul murdar de pe o rană ce supura. Ştiam că nu puteam depăşi acest

moment de una singură. A fost un lucru pe care Dumnezeu m-a ajutat să-l fac, aşa cum voi relata în capitolul următor.

Recunoaşterea modului în care mă simţeam cu adevărat

A fost important să fiu brutal de sinceră cu mine şi cu Dumnezeu în lupta mea cu toate sentimentele negative şi cu neiertarea din inima mea. Aveam nevoie să cunosc adevărul legat de modul în care mă simţeam în interior, lucru care mă devasta. Pentru alţii era cu totul de înţeles să am astfel de sentimente, dar eu încercasem întotdeauna atât de asiduu să fiu „bună", încât când am realizat cât de plină de amărăciune, de resentimente şi de gelozie eram faţă de alţii, m-am simţit din nou îngrozitor de vinovată. Dar nu puteam schimba nimic. Aceasta eram eu.

I-am permis lui Dumnezeu să Se apropie de rană, şi am văzut faptul că următorul pas în această călătorie a însemnat să-I dau Lui toată durerea mea şi, chiar dacă simţeam amărăciune şi neiertare, să aleg să-mi iert părinţii. Dar a fost dificil. Atunci când îmi percepeam sentimentele, chiar că nu *voiam* să iert. Cum aş fi putut ierta ceea ce mie mi se părea cu totul imposibil de iertat şi când totul mă distrusese atât de mult?

Am protestat vehement: „Viaţa mea a fost atât de distrusă şi, cu toate astea, tatăl meu, care m-a rănit atât de rău, îşi vede de viaţa lui, fără niciun fel de consecinţe! Cum de umblă liber în timp ce eu zac în aşa o harababură? El este cel care ar trebui să sufere! De ce să-l iert? Nu e corect!"

Testări şi verificări

Sentimentele mele răbufniseră la suprafaţă, iar eu mă luptam cu ele. Eram încăpăţânată şi împotrivitoare, o atitudine dificilă pentru Fiona şi Anna care făceau tot ceea ce puteau ca să mă ajute. Comportamentul meu în timpul sesiunilor de consiliere era în contrast absolut cu felul în care mă comportasem în timpul primelor mele vizite la Ellel Grange, când fusesem cu totul pasivă.

Dar chiar şi atunci, din cauză că, de mică, încrederea îmi

fusese atât de zdruncinată, nu mai avusesem încredere în nimic altceva decât în propriile mele modalităţi de a face faţă problemelor (cioplirea şi zăvorârea stării de fapt). Cu toate că mă plecasem adânc în faţa tuturor oamenilor încercând să le fac pe plac, nu avusesem cu adevărat încredere în nimeni. Pe măsură ce adevăratele mele sentimente prindeau viaţă, nu puteam ierta crezând pur şi simplu că aceasta ar fi fost calea spre libertate doar pentru că aşa spuneau consilierii mei.

În realitate, echipa era cu totul demnă de încredere, însă, cu toate acestea, eu nu le puteam acorda încrederea mea. A fost chiar şi mai greu să mă încred în Dumnezeu, pe Care nu-L puteam vedea. Trebuia să-mi rezolv problema cu ei şi cu El, verificând absolut orice sfat ce mi s-ar fi dat, până când mă convingeam că era un pas bun şi sigur de făcut.

Dumnezeu, în îndurarea şi în harul Său, mi-a dat tot timpul de care am avut nevoie pentru a putea prelucra, pe de o parte, durerea şi nedreptatea de a fi fost abuzată şi neiubită şi, pe de altă parte, convingerea că trebuia să iert, ştiind că Isus, cu totul fără păcat, strigase: „Tată, iartă-i!" (Luca 23:34), atunci când a fost răstignit pe cruce. În cele din urmă, prin puterea desăvârşită a Duhului Sfânt al lui Dumnezeu am fost capabilă să mă rog: „Doamne, Te rog ajută-mă să vreau să iert."

Ce înseamnă să ierţi?

A trebuit să înţeleg ce însemna cu adevărat să iert. Eu mă gândeam că însemna ca părinţii mei să fie cumva „lăsaţi la o parte", sau că trebuia să uit, să mătur cumva sub covor ceea ce păţisem, tot ceea ce-mi luase atât de mult timp să accept ca adevărat. Dacă aşa ar fi stat lucrurile, ştiam că nu o puteam face. Era imposibil.

Dar am descoperit că, înainte de toate, a ierta nu însemna că tatăl meu sau mama mea nu aveau să dea niciodată socoteală de ceea ce făcuseră. Am învăţat că însemna să renunţ la *a-i judeca eu*, pentru că acest lucru ar fi fost prea mult pentru mine. Da, când simţeam sentimentele ce clocoteau în mine, îmi doream să-i rănesc, îmi doream să-i doară la fel de mult cum m-a durut şi pe mine, îmi doream ca şi ei să afle cum mă simţisem eu în tot acel timp. Dar chiar dacă i-aş fi ucis, aş fi rezolvat ceva cu asta? Nu! Singura cale era să-L las pe

Dumnezeu să-i judece, astfel ca, într-o bună zi, ei să dea socoteală *în faţa Lui* de ceea ce mi-au făcut. Iată ce spune Romani 12:19:

> Preaiubiţilor, nu vă răzbunaţi niciodată singuri, ci lăsaţi loc mâniei lui Dumnezeu, pentru că este scris: „A Mea este răzbunarea; Eu voi răsplăti!, zice Domnul."

Am învăţat, de asemenea, că Dumnezeu nu avea să-mi ceară niciodată „pur şi simplu să uit tot". El urma să-mi vindece rănile, dar numai atunci când toate părţile mele frânte urmau să fie în sfârşit reunite şi puteam să privesc înapoi, de-a lungul anilor, la toate amintirile mele, şi atunci când tot ceea ce mi se întâmplase avea să fie în mare măsură parte din cea care eram eu. Nu însemna că persoana mea avea să fie definită de aceste lucruri, ci din realitatea experienţelor suferite în copilărie avea să izvorască o compasiune reală pentru alţii care suferiseră la fel ca mine.

Neiertarea: ca un cancer ascuns

Am început să recunosc că neiertarea din inima mea nu-i rănea pe oamenii care mă răniseră. Singura persoană care era distrusă eram eu însămi. Mă rodea în interior ca un cancer. Era un sol fertil pentru amărăciune, resentimente şi gelozie.

Într-o zi, când eram acasă, iar John era la serviciu şi copiii la şcoală, a venit să mă viziteze o prietenă. Când am auzit soneria de la uşa din faţă, am fugit şi m-am ascuns în dormitor, dar ea m-a strigat prin fanta de la cutia poştală: „Sarah, sunt Jill. Ştiu că eşti acasă. Hai să bem o cafea împreună." Nu am putut-o ignora şi, plină de teamă, am deschis uşa.

Ea m-a îmbrăţişat, mi-a spus că mă iubeşte, ne-am aşezat şi am stat de vorbă. I-am spus cât de greu îmi era să iert, iar ea mi-a împărtăşit că, atunci când a trecut printr-o perioadă traumatizantă în trecut, imediat după ce s-au petrecut evenimentele, ştiuse că putea permite fie ca acel incident s-o umple de amărăciune, fie s-o ajute să crească. Era o alegere pe care trebuia să o facă ea.

Ştiam că acelaşi lucru îl aveam şi eu de ales. Puteam fie să rămân neiertătoare şi plină de amărăciune, continuând să mă

menţin izolată, încercând să evit orice situaţie ce ar fi putut atinge durerea mea şi să-mi facă mânia şi gelozia să clocotească la suprafaţă, fie să mă încred în promisiunile restauratoare ale lui Dumnezeu.

Citisem povestea lui Iosif din Biblie şi văzusem că, de-a lungul tuturor acelor ani de suferinţă nedreaptă din viaţa lui, el refuzase să-i permită amărăciunii să prindă rădăcini în inima lui şi se rugase şi aşteptase vremea restaurării de la Dumnezeu. În cele din urmă, fusese capabil să le spună fraţilor săi, care îl vânduseră ca sclav:

> „Chiar dacă voi aţi intenţionat să-mi faceţi rău, Dumnezeu a schimbat răul în bine pentru a susţine viaţa unui popor numeros, aşa cum face astăzi."
>
> (Geneza 50:20)

Mi-am amintit, de asemenea, promisiunea din Romani 8:28:

> Noi ştim că în toate Dumnezeu lucrează spre binele celor ce-L iubesc pe Dumnezeu, al celor ce sunt chemaţi în conformitate cu planul Său.

Doream să fac alegerea de a fi mai bună, de a mă încredere în promisiunile de răscumpărare şi de restaurare ale lui Dumnezeu.

Dar ei nu merită să fie iertaţi!

Iertarea era calea ce ducea înainte. Şi, dintre toate motivele care mă determinau să iert, ştiam că cel mai important era acela că eu însămi eram iertată. Dar trebuia să fiu sinceră cu Dumnezeu şi să-I spun că, în mintea mea, ceea ce-mi făcuse tatăl meu părea un păcat mult mai groaznic decât tot ce făcusem eu vreodată şi că nu puteam înţelege cum de merita să fie iertat.

În cele din urmă, am învăţat că nu era vorba despre „merit". Nici eu nu meritasem să fiu iertată pentru lucrurile pe care eu le greşisem, dintre care nu în ultimul rând era faptul că-L ignorasem cu totul pe Dumnezeu mulţi ani din viaţa mea. Cum m-aş fi simţit eu să-mi văd copiii întorcându-mi spatele?

Adevărul era că eu nu meritam să fiu salvată de pe fundul prăpastiei adânci şi întunecate în care mă aflasem; nu meritam să am parte de această echipă de oameni care stăteau în jurul meu, iubindu-mă, încurajându-mă, crezând în mine şi în eliberarea mea reală; nu meritam să am un soţ care rămăsese ferm în dragostea lui faţă de mine, în vremuri în care mulţi nu l-ar fi condamnat dacă m-ar fi părăsit. Eu primisem atât de multe lucruri pe care nu le meritam.

Nu era vorba despre plata unor datorii. Era vorba despre dragoste – dragostea lui Dumnezeu. Ea era cea care adusese fiecare lucru bun din viaţa mea, şi nu era niciunul între ele la care să am vreun drept special.

Mă gândeam la această dragoste care-L motivase pe Dumnezeu să-L trimită pe Isus să moară pe cruce. Nu doar că Isus suferise pedeapsa pentru păcatul meu, ca eu să pot fi iertată, dar suferind toată durerea şi chinul de pe cruce, lăsându-Se să fie dezbrăcat, îndurând piroanele care I-au fost bătute în mâini şi în picioare, suferind batjocura şi ironia, El alesese să Se identifice cu suferinţa mea. Şi alesese să ia rănile şi durerile mele asupra Sa, astfel încât să pot fi vindecată şi eliberată.

A păşi pe această cale ce ducea la vindecare presupunea să aleg să accept prin credinţă jertfa Lui pentru mine, într-un mod foarte real, şi să urmez de bunăvoie exemplul lui Isus. Chiar pe când atârna pe cruce, în agonie, El a strigat: „Tată, iartă-i, căci nu ştiu ce fac" (Luca 23:34).

Nu prin putere, nici prin tărie, ci prin Duhul Meu...

În cele din urmă, am ajuns într-un loc de unde *îmi doream* să iert, dar ştiam că nu eram capabilă să iert aşa cum o făcuse Isus. Alexander Pope a scris faimoasele cuvinte: „A greşi este omeneşte, a ierta este divin." Aveam nevoie de ajutorul lui Dumnezeu.

M-am rugat: „Doamne, Te rog să mă ajuţi să-i iert necondiţionat pe părinţii mei la fel cum ai iertat şi Tu, atunci când Tu, care nu săvârşiseşi niciun păcat, ai fost abuzat în cel mai îngrozitor mod posibil, şi încă până la moarte."

De atunci, zi de zi, Duhul Său cel Sfânt a lucrat în mine,

transformându-mă, dăruindu-mi o inimă dispusă să ierte. Dar nu m-am trezit pur şi simplu cu această atitudine, ci de fiecare dată când am simţit durerea şi nedreptatea, am strigat din nou la El, rugându-L să mă ajute să iert. Şi, puţin câte puţin, am ştiut că El mă ajuta să fac asta.

Chiar şi cu ajutorul lui Dumnezeu, ar fi fost imposibil să pot ierta o dată pentru totdeauna. Iertarea trebuia să devină un stil de viaţă, pe care am învăţat să-l dezvolt şi continui să învăţ în această privinţă. Nu e de mirare că Isus a spus că trebuie să iertăm „nu de şapte ori, ci de şaptezeci de ori câte şapte" (Matei 18:22).

Sunt atât de recunoscătoare că nici Dumnezeu şi nici consilierii mei nu m-au forţat să iert. Ei nu mi-au spus: „Eşti creştină, *trebuie* să ierţi" sau „Nu te mai putem ajuta până când nu ierţi mai întâi." Atât de multe lucruri mi-au fost impuse în copilărie şi am fost atât de privată de a lua propriile mele hotărîri. A însemnat enorm faptul că mi se oferea timpul de care aveam nevoie pentru a ajunge în acel loc de unde eram gata să iert, conştientă fiind de realitatea a tot ceea ce a trebuit să plătesc eu şi familia mea, pentru modul în care m-au crescut părinţii mei. Am iertat pentru simplul motiv că *îmi doream* cu adevărat calea lui Dumnezeu, mai mult decât îmi doream să persist în neiertarea mea. Şi, cu toate că a fost greu, am simţit o bucurie profundă în interior pe măsură ce Duhul Sfânt m-a ajutat să aleg calea lui Dumnezeu şi să spun „nu" propriei mele variante.

Moartea mamei mele

Mi-ar fi plăcut să mă fi împăcat cu mama mea. Cea mai mare durere a vieţii mele a fost aceea că ea nu a manifestat niciodată dragoste faţă de mine.

Totuşi, cu toate că a continuat să lucreze ca secretară a lui John şi mie îmi mergea atât de rău, nu a renunţat niciodată la alegerea ei de a refuza să discute cu John despre subiecte personale, fie că era vorba de ea, fie că era vorba de noi. În cele din urmă s-a îmbolnăvit şi a lipsit de la serviciu o bună bucată de vreme. Tot ce ştia John a fost că suferea de o tuse cronică. I-am scris, spunându-mi că-mi părea rău să aud că era bolnavă. Nu am primit niciun răspuns.

În timp ce eram la Ellel Grange, John a auzit de la colegii lui că ea suferise o operaţie din cauza unei afecţiuni canceroase şi că pe atunci se afla acasă, în perioada de convalescenţă. El s-a dus s-o viziteze, i-a cumpărat flori şi reviste, dar chiar şi atunci ea a rămas neclintită în decizia ei, refuzând să participe la orice conversaţie, în afară de faptul că l-a întrebat când ar trebui să se întoarcă la serviciu.

Ceva mai târziu, fratele meu, pe care nici eu şi nici John nu-l mai văzuserăm de mulţi ani, a intrat în biroul lui John şi i-a spus că mama se stinsese şi că ultima ei dorinţă, pe care o scrisese în testamentul ei, fusese aceea ca nici John şi nici eu să nu venim la înmormântarea ei.

Iertarea deschisese uşa temniţei amărăciunii în care mă găsisem atâta vreme. Din păcate, din câte ştiu, mama mea nu a avut parte niciodată de această libertate.

CAPITOLUL 9

Durere, mânie şi amărăciune

În timpul repetatelor mele vizite la Ellel Grange, am început să renunţ la negare, îngăduind adevărului să rămână ferm şi să-şi facă lucrarea în vederea iertării, şi am simţit ca şi când s-ar fi deschis o uşă în spatele căreia exista durere. Stătea acolo ca un dulap imens şi greoi. Iar mie îmi era atât de frică la gândul că dacă îndrăzneam să mă uit la el, s-ar fi năruit peste mine şi eu aş fi fost zdrobită sub povara lui.

Am înţeles că Dumnezeu doreşte ca fiecare copil să fie iubit şi preţuit de părinţii lui, dar era foarte greu de acceptat faptul că eu fusesem urâtă şi respinsă, şi că mâinile care ar fi trebuit să mă fi ţinut în siguranţă, îmi furaseră inocenţa şi mă bătuseră. Atât de des îmi doream să încui acea uşă pe jumătate deschisă şi să fug departe de ea.

Dar eu îngăduisem să fiu dezbrăcată de imaginea mea prefăcută (exteriorul meu puternic, capabil), iar Dumnezeu îmi aducea sentimentele la viaţă. În interior, acolo unde El dorea să existe un nucleu solid de preţuire şi de valoare personală, eu nu simţeam decât un gol imens. Nu exista niciun nucleu solid în interior, ci în locul lui exista o dorinţă intensă după ceva sau cineva care să vină şi să umple acel gol. Am început să simt nedreptatea, durerea, mânia şi pierderea.

Când am început să lucrez la a-mi ierta părinţii, sentimentele pe care le trăisem au răbufnit la suprafaţă din răspunsul meu la situaţiile de zi cu zi, cum ar fi mânia pe care am simţit-o atunci când consilierii mi-au arătat prima oară dragoste, sau teama pe care am trăit-o când eram singură acasă şi mă simţeam abandonată, sau panica pe care o simţeam ori

de câte ori nu eram stăpână pe situaţie. Întotdeauna trăiam cu sentimentul că emoţiile mele aveau legătură cu prezentul. Dar Dumnezeu începea să-mi arate că reacţiile mele din trecut erau cele care generau astfel de reacţii vehemente în prezent.

Durerea moştenirii

Împreună cu sentimentele pe care le trăiam se împletea şi durerea moştenirii trecutului meu. Mă durea faptul că simţeam *acum* nevoia de-a fi dezmierdată, ca adult. Mă durea că mintea mea era atât de tulburată. Nu voiam să fi fost internată într-un spital de psihiatrie. Nu doream ca până şi gândul la relaţiile intime cu soţul meu să-mi fie murdărit şi detestabil. Era dureros că fără să vreau îl rănisem atât de rău pe John şi că şi copiii mei suferiseră de pe urma faptului că fusesem o mamă atât de disfuncţională, de obsesivă.

Automutilarea – o cale de evadare

Fiona şi Anna m-au încurajat, ca adult, să accept realitatea dureroasă şi să învăţ să-mi procesez emoţiile într-un mod sănătos, la fel cum făcuseră toate părţile mele fragmentate. Dar ori de câte ori simţeam că ne apropiam întrucâtva de atingerea acelei dureri emoţionale, aveam o compulsie continuă de a-mi face rău. Începeam dintr-odată să-mi lovesc violent picioarele sau să mă zgârii continuu la încheietura mâinii cu unghia de la degetul mare, până când începeam să sângerez, sau fugeam din încăpere în dormitorul meu, dorindu-mi să găsesc o oglindă sau ceva cu care să mă pot tăia. Durerea fizică reprima durerea emoţională de care mă temeam atât de mult.

În timp am învăţat să mă opresc în mijlocul acţiunii şi să le spun consilierilor mei când îmi venea să fug pentru a-mi face rău. Cu o sensibilitate plină de blândeţe, dar cu fermitate, m-au ajutat să înţeleg că, oricât de greu sau de dureros ar fi fost, întotdeauna exista o alegere de făcut. Puteam să mă confrunt cu problemele, căutând ajutorul la Dumnezeu şi la ele, sau puteam continua să alerg pe cărările mele bătătorite, pe care obişnuisem să evadez.

E prea mare!

Îmi doream să fac alegeri bune, însă era greu. Mă luptam de multe ori. Uneori încercam să schimb subiectul, sau să mă închid în mine, îndreptându-mi atenţia spre a face sistematic curat în cameră.

Dar în cele din urmă, pe măsură ce mă predam Duhului lui Dumnezeu din mine, am început să le întreb pe Fiona şi pe Anna: „Cum I-aş putea da durerea mea lui Isus? Cum *faceţi* voi asta?" Ele m-au încurajat să o scot *afară*, în loc să o ţin încuiată în mine – să vorbesc despre ea, să urlu, să dau din picioare, să lovesc o minge, să rup în bucăţi o carte de telefon, să lovesc o pernă... chiar mi s-a propus adesea să folosesc un pom de la Ellel Grange, a cărui scoarţă era foarte moale şi care putea fi lovit fără să-mi producă răni la mâini. Am încercat să fac astfel, dar cumva nu era destul. „Ceea ce este în mine e de-a dreptul exploziv!" răbufneam eu. „E mult mai mare de atât!"

Când am intrat în contact cu sentimentele mele, chiar nu m-am simţit în siguranţă. Îmi venea să distrug toată camera în care mă aflam. Îmi venea să ies afară şi să omor pe cineva, şi nici chiar asta nu simţeam că ar fi fost destul. Era adevărat că durerea din interior era mare. Dar în acelaşi timp era adevărat că teama de a o descătuşa era chiar şi mai mare.

Puterea rugăciunii

Învăţătura de la Ellel m-a ajutat să înţeleg faptul că există puteri ale întunericului care acţionează în lume şi care se opun căilor lui Dumnezeu. Am înţeles modul în care operează aceste puteri, folosindu-se de fiinţele umane pentru a realiza lucrurile oribile pe care le citim zi de zi în ziare: acte de terorism, tortură, crimă şi abuz al copiilor.

Echipa mi-a arătat faptul că aceste puteri ale răului nu renunţau la încercările lor de a-mi distruge viaţa fără să riposteze. Ele doreau să mă ţină prizoniera consecinţelor abuzului şi îmi şopteau minciuni la ureche: jertfa lui Isus pe cruce nu era suficient de mare pentru durerea mea; voi fi întotdeauna o fiinţă chinuită; niciodată nu voi putea fi liberă să-mi trăiesc viaţa ca o fiinţă umană normală.

Am învăţat că era important să iau poziţie în faţa

minciunilor, confruntându-le cu adevărul pe care-l credeam: că Dumnezeu îmi promisese că mă va vindeca şi că *El Îşi va ţine promisiunea!* În timp ce rosteam aceste adevăruri, consilierii mei se rugau ca Dumnezeu să ţină forţele întunericului departe de mine.

Vocile au fost reduse la tăcere, iar chinul şi sentimentul de deznădejde au scăzut în intensitate. Până când nu am început să primesc ajutor de la Ellel, nu am înţeles niciodată puterea uimitoare a rugăciunii asupra puterilor întunericului.

Cum am scăpat de dezordine

Am rămas cu nişte temeri, dar nu cu acea teamă paralizantă de dinainte. Una din temerile mele era aceea că durerea *eram* chiar eu şi că, dacă îi dădeam drumul, nu mai rămânea nimic din mine decât o carcasă, un fel de non-persoană.

O altă temere era aceea că sentimentele mele erau „rele" şi că ele nu se vor schimba niciodată în altele mai bune. Ştiam că aveam atât de multe de care trebuia să mă descătuşez, nu doar de lacrimi. „Dar dacă tot ce e în mine e cu adevărat rău? Dacă îmi pierd controlul şi fac ceva îngrozitor?" mă întrebam eu. Fiona şi Anna m-au încurajat că nu mai trebuia să mă îngrijorez, pentru că Dumnezeu ştia ce era înăuntrul meu: pe El nu-L puteam şoca. Şi am văzut că nici ele nu se temeau, pentru că se încredeau în faptul că Dumnezeu avea să deţină controlul.

În cele din urmă m-am împotrivit tuturor cărărilor mele bătătorite pe care obişnuiam să evadez, am acceptat să permit să iasă la suprafaţă tot ceea ce fusese atât de reprimat. A fost dificil şi dureros. Am plâns şi am strigat, am lovit cu pumnul în perne, am lovit podeaua, am făcut acuzaţii pline de furie, am verbalizat cât de mult uram ceea ce-mi făcuseră părinţii mei şi am întrebat disperată: „Îmi poate Dumnezeu şterge lacrimile? Îmi poate el restaura anii pe care mi i-au mâncat lăcustele?" (vezi Ioel 2:25).

Dumnezeu n-a fost şocat, dar eu am fost! Totul era atât de încâlcit, atât de exploziv, atât de real. Ceea ce a răbufnit la suprafaţă n-a fost plăcut şi n-a fost doar durere. Aveam amărăciune, ură şi resentimente. „Asta înseamnă că sunt o persoană rea?" am întrebat eu. „Nu, nu", mi-a răspuns Fiona, „nu înseamnă că eşti rea. Sentimentele acestea sunt fireşti."

Am început să înţeleg faptul că nu trebuia să mă dichisesc pentru a sta înaintea lui Dumnezeu. El L-a trimis pe Isus aici jos, în mizeria acestei lumi, şi El nu avea un spirit critic sau dezaprobator faţă de harababura din mine. În realitate, El era cu totul plin de compasiune şi dorea ca eu să-I permit să mă mângâie în mijlocul dezordinii în care mă aflam.

De la negare la autocompătimire

Am continuat să-mi exprim sentimentele după ce am descoperit că această eliberare aducea cu sine uşurare. Dar în loc să primesc mângâierea lui Dumnezeu, am alunecat de la negare în extrema opusă, extrema autocompătimirii, care îmi hrănea toate sentimentele negative: furia, amărăciunea, resentimentele şi gelozia.

Voiam ca şi alţii, mai ales consilierii mei, să simtă ceea ce simţeam eu, şi uneori mergeam mult mai departe de a-mi exprima în mod sănătos durerea, la a-mi ventila sentimentele cu mult venin şi sarcasm, în încercarea de „a le arăta cum mă simţeam". Au existat chiar momente când nu-mi exteriorizam doar mânia, alături de celelalte emoţii, ci şi mânia mea *faţă de* ei. Proiectam asupra lor modul în care, în realitate, mă simţeam când venea vorba de mama mea: „Nu vă pasă de mine! Voi aveţi viaţa voastră. Eu sunt pentru voi doar o sarcină de serviciu!"

Iar aceasta nu a fost doar extrem de nedrept faţă de ei, dar am ajuns la concluzia că indiferent cât de mult ne dorim noi ca un om să înţeleagă cum ne simţim, nimeni nu va putea vreodată să simtă ceea simţim noi. Alţii pot fi alături de noi şi pot simţi cu noi, ne pot oferi consolare şi compasiune, dar sentimentele noastre sunt unice. Dumnezeu este Singurul Care ştie exact cum ne simţim.

Confruntarea păcatului meu

Faptul că am ajuns la starea de a-mi exprima sentimentele sincere cu privire la nedreptatea ce mi se făcuse în trecut era un semn de progres şi sănătate. Dumnezeu mi-a îngăduit, prin intermediul echipei, să strig şi să protestez. Trăisem mult prea mult cu teama de a fi pedepsită, aşa încât nu avusesem

libertatea să-mi exprim furia pe când eram copil. Faptul că mi-a fost oferită libertatea de a exprima lucruri precum: „Îl urăsc pe tatăl meu!" şi chiar: „*Te* urăsc *pe tine*!" şi să descopăr că Dumnezeu şi consilierii mei nu m-au respins, ci continuau să fie alături de mine, m-a ajutat să învăţ tot mai mult să am încredere în oameni.

Am învăţat că Dumnezeu nu este ca şi tatăl meu pământesc: El nu urma să mă bată pentru că-mi verbalizam sentimentele. De fapt, El a făcut chiar contrariul. Lui Îi păsa. Şi puţin câte puţin am descoperit că El, la rândul Său, era furios pe ceea ce-mi făcuseră părinţii mei.

Însă problema era că eu nu voiam să mă descarc de emoţiile mele negative. Îmi doream să continui să le exprim şi îmi orientam exprimarea lor împotriva consilierilor mei. Astfel, am ajuns într-un punct unde Fiona a ştiut că trebuia să mă confrunte şi să-mi spună: „Sarah, ce faci este păcat!"

Afirmaţia ei mi-a provocat o reacţie plină de furie. Mult timp, echipa a făcut tot ce a putut pentru a mă încuraja să cred în dragoste. Ei m-au hrănit, m-au îmbrăţişat, au râs şi au plâns împreună cu mine, mi-au arătat toate pasajele din Biblie care vorbeau despre dragostea uimitoare a lui Dumnezeu faţă de mine. Mă simţeam ca şi când ei mă convinseseră să stau în picioare, în mijlocul covorului de pe podea, dar mă temeam atât de mult că, dacă o făceam, covorul îmi va fi tras de sub picioare, iar eu urma să mă trezesc aterizând pe spate. În cele din urmă, am crezut în dragostea pe care mi-o arătau, iar acum, în timp ce cuvintele Fionei îmi răsunau în urechi, am simţit că mi se întâmpla tocmai lucrul de care mă temeam mai mult – mi-a fost tras covorul de sub picioare, iar eu, drept urmare, căzusem şi mă lovisem rău de tot.

Înfuriată, am strigat: „Am venit aici, convinsă că eram rea! Iar acum voi îmi spuneţi că tocmai aşa şi este, *sunt* rea!" Faptul că fusesem confruntată mă catapultase înapoi, într-un loc al temerilor – al acelei frici imense că eram rea, că urma să fiu pedepsită. Aceasta era una din temerile care mă dominaseră în tot timpul copilăriei mele.

E OK să fii rea!

Fiona şi Anna m-au ajutat să-mi depăşesc confuzia şi să înţeleg că această teamă nu trebuia să continue să mă controleze pentru totdeauna – şi nu pentru că dintr-odată aş fi fost, cumva, perfectă şi că nu mai trebuia să-mi fac griji că urma să mai fiu rea vreodată! Pentru că aşa ceva era cu neputinţă. Ci pentru că, la fel ca orice alt om, am avut şi eu momente când am fost „rea", când am dat de bucluc, dar a fost în regulă, pentru că Dumnezeu Îl trimisese pe Isus să sufere pedeapsa în locul nostru al tuturor. Eu trebuia doar să primesc iertarea Lui.

Cu toate că mi s-a părut foarte dificil să fiu confruntată cu propriul meu păcat, am înţeles treptat adevărul că noi toţi păcătuim şi că există momente când noi toţi avem nevoie de alţii care să ne ajute să ne vedem aşa cum suntem, pentru că noi oricum ne pricepem mult mai bine să vedem păcatele altora decât pe ale noastre! Isus a descris această realitate ca fiind „bârna din ochiul nostru" (vezi Matei 7:3-5). Am învăţat că mustrarea este tot o manifestare a dragostei, ca şi încurajarea şi afirmarea. Proverbe 3:11-12 spune:

> Fiul meu, nu dispreţui disciplinarea Domnului şi nu fi mâhnit când eşti mustrat de El, pentru că Domnul îl mustră pe cel pe care-l iubeşte, ca un tată pe fiul pe care-l primeşte.

Infecţia din jurul rănii

Aceasta a fost o parte importantă a călătoriei mele spre vindecare. Învăţam faptul că durerea mea avea însemnătate în ochii lui Dumnezeu, dar la fel era şi modul în care îi făceam faţă.

El dorea să învăţ să-mi aduc durerea la El, încât El să mă poată mângâia şi să-mi poată vindeca rănile, însă El dorea ca eu să fiu dispusă să renunţ la păcatul meu, la amărăciune şi la resentimente, care erau ca un fel de infecţie în jurul rănii.

El ştia că nu puteam renunţa la ele prin eforturile mele proprii. Nu puteam schimba ceea ce crescuse în inima mea timp de-o viaţă, însă El nici nu aştepta aşa ceva din partea mea. El mă întreba pur şi simplu dacă eram de acord cu El că această amărăciune era nesănătoasă şi dacă *doream* să renunţ la ea. Eu am spus „Da". Iar Biblia spune:

> Dacă ne mărturisim păcatele, El este credincios şi drept ca să ne ierte păcatele şi *să ne curăţească de orice nedreptate.*
> (1 Ioan 1:9, sublinierea autoarei)

Împreună cu voinţa mea, prin puterea Duhului Său cel Sfânt, *El* urma să-Şi săvârşească lucrarea de curăţire a rănii, schimbând în mine ceea ce eu nu puteam schimba.

Ce înseamnă „a-ţi aduce durerea la cruce"?

A fost nevoie de mult timp pentru a ajunge în starea în care să-mi pot descătuşa durerea în mod sănătos şi, în timp ce îmi goleam inima prin plâns, întrebam totodată: „Asta înseamnă «să-mi aduc durerea la cruce»? Înseamnă să scot în exterior tot ce este în mine? Înseamnă să mă golesc de tot?" Abuzul mă costase mult şi mă temeam că, într-un fel, durerea mea a fost doar îndepărtată, ca şi cum ar fi fost lipsită de orice valoare.

Treptat, Dumnezeu m-a ajutat să înţeleg că El nu-mi discredita cu niciun chip durerea. El nu spunea că ea nu avusese niciun rost. El mi-a arătat că Isus suferise şi murise pe cruce, El îmi *validase* durerea. El alesese să păşească pe acelaşi drum: da, pentru că atât de mult contează pentru El toate lucrurile pline de cruzime care se întâmplă în vieţile noastre; chiar mai mult de-atât, El vrea ca noi să putem fi vindecaţi de consecinţele acelor lucruri. Isaia 53:5 spune: „prin rănile Lui suntem vindecaţi." Isus ştia preţul, El singur a fost cel care a plătit totul, până la ultimul bănuţ.

Cum am găsit ceva mai măreţ decât durerea mea

A avut loc un schimb divin. În timp ce eu îmi aduceam durerea înaintea lui Dumnezeu, El a început să-Şi împărtăşească inima cu mine. Uneori, îmi vorbea prin intermediul consilierilor mei, iar alteori, pe măsură ce sensibilitatea mea interioară la vocea Duhului Său Sfânt creştea, ştiam în inima mea ce anume îmi spunea.

Au fost momente când I-am spus că mă simţeam ca şi când aş fi pierdut totul, iar El îmi răspundea cu blândeţe că El *este* totul şi că Îl am pe El. Îmi amintea că El mă plăsmuise, că El era Creatorul meu şi că ale Lui sunt cirezile de vite de pe o mie de

dealuri (Psalmul 50:10). El îmi spunea că sunt fiica Lui, că tot ce are El este al meu şi că El doreşte să împartă totul cu mine. Îmi aducea aminte că aveam parte la moştenirea *Lui*.

Mi-a spus că aceia care au pierdut mult Îl pot înţelege, pentru că şi El a pierdut foarte mult: El nu a fost iubit, a fost rănit şi chiar omorât. A spus că unii oameni cred că au totul, dar de fapt ei nu au *nimic*, pentru că nu-L au pe El. „Tu ai totul", mi-a spus El, „pentru că Mă ai pe Mine. Chiar ţi-am pregătit un loc în cer, iar aici pe pământ nu te voi părăsi niciodată. Când Mă vei chema, îţi voi răspunde. Când te vei întoarce la dreapta sau la stânga, Eu voi spune: «Aceasta este calea». Îmi poţi da *Mie* toate temerile tale. Eu te voi mângâia şi te voi iubi. Eu mă voi bucura de tine. Vreau să Îmi împărtăşesc inima cu tine şi vreau ca şi tu să-ţi deschizi inima faţă de Mine. Vreau să-ţi dăruiesc o dragoste specială pe care s-o ai faţă de cei care nu au nimic, pentru că ei nu-L au pe Isus. Atunci când îţi simţi durerea, să-ţi aminteşti de durerea Mea pentru toţi copiii pe care i-am pierdut. Te vei duce să-i cauţi? Sarah, îi vei căuta şi îi vei aduce înapoi în turmă?"

Acestea erau cele mai preţioase clipe, când intensitatea durerii şi a luptei începea să se disipeze, pentru că găsisem adevărata comoară după care inima mea a tânjit dintotdeauna. Această comoară a rămas în mine şi ea a fost cea care m-a motivat să scriu această carte.

Am putut vedea că *aici* se găseşte adevărata vindecare, nu doar pentru mine, ci pentru fiecare om de pe faţa pământului, indiferent prin ce a trecut în viaţă. Nu înseamnă că pierderile noastre dispar, ci că atunci când ne întoarcem spre Dumnezeu în realitatea durerii noastre, El Îşi deschide braţele înaintea noastră şi ne oferă atâta dragoste, atâta pace şi atâta speranţă încât să putem da şi la alţii. Aceasta va transcende toate pierderile pe care le-am suferit.

Un stil de viaţă continuu disociativ

Mai existau unul sau două obstacole pe care trebuia să le depăşesc. Nu mai era o problemă să mă conectez la sentimentele mele în timpul vizitelor de la Ellel Grange, atunci când Fiona şi Anna erau cu mine. Uneori eram tentată să-mi reiau vechile mecanisme de adaptare prin care mă automutilam

sau făceam curăţenie în mod obsesiv, dar, în general, am continuat să-mi descătuşez durerea în mod sănătos. Însă, de îndată ce consilierii mei plecau seara acasă, mă simţeam de parcă ar fi fost acţionat un comutator şi toate sentimentele mele dispăreau.

La fel se întâmpla şi ori de câte ori se apropia momentul plecării mele acasă. Iar când eram acasă, sentimentele mele erau complet blocate şi tulburarea obsesiv-compulsivă mă domina la fel ca întotdeauna.

Dumnezeu mi-a arătat că exista o vale pe care trebuia s-o parcurg de una singură, numai cu El. Încă de la prima mea vizită făcută la Ellel Grange, le avusesem întotdeauna pe Fiona şi pe Anna alături de mine când mă confruntam cu aspecte din trecutul meu. Nu doream să fiu confruntată cu ceva dificil fără ele. Era o perspectivă înspăimântătoare, dar, în panica mea, Dumnezeu, prin harul Său, mi-a descoperit un verset biblic:

> Cine este aceea care apare din pustie sprijinindu-se de iubitul ei?
> (Cântarea cântărilor 8:5)

Am înţeles că aceasta însemna că trebuia să trec printr-o perioadă dificilă, poate chiar să mă confrunt cu realitatea vieţii mele la un nivel mai profund, însă Dumnezeu îmi promitea că urma să ajung la celălalt capăt, eliberată de tentativele de a-mi face rău sau de a face curăţenie în mod obsesiv în jurul meu. Nu voi mai căuta căi de scăpare şi nici nu voi mai avea nevoie de consilieri care să mă sprijine, pentru că urma să-L cunosc cu adevărat pe El ca fiind sprijinul meu pe viaţă.

Dumnezeu nu lăsa nicio piatră neîntoarsă şi Îşi punea degetul atât pe obiceiurile mele continuu disociative, cât şi pe tulburarea de ataşament pe care o dezvoltasem. Vă voi împărtăşi în restul cărţii modul în care El m-a purtat prin toate aceste probleme foarte reale care-mi blocau calea spre vindecare.

Mângâierea pe care am găsit-o în prezent

Există încă momente când mă trezesc în situaţii care-mi răscolesc durerea din trecut. Simt acea durere şi, din cauza asta, sunt unele persoane care contestă vindecarea mea. Însă

răspunsul meu pentru toţi aceştia este că trecutul meu a jucat un rol foarte puternic în formarea persoanei care sunt în prezent, şi e nerealist să se creadă că nu ar trebui să mă mai doară. Diferenţa este că, în prezent, durerea nu mai are nicio putere asupra mea.

Până la urmă am trecut prin acea vale împreună cu Dumnezeu şi am avut cu adevărat parte de mângâierea *Lui* în acel loc unde simţeam durerea. Un timp am privit la oameni şi am aşteptat ca ei să simtă durerea mea împreună cu mine, dar mângâierea pe care am găsit-o la Dumnezeu a fost la un alt nivel. Iar astăzi, când simt durerea aceea, El este Cel la Care alerg să găsesc mângâiere, Singurul Care ştie exact de unde am venit şi unde mă va duce. Nu există dragoste ca a Lui.

Acasă am un desen pe perete cu Isus purtând cu tandreţe un miel în braţe. Cu mâinile Lui străpunse, El ţine mieluţul aproape de inima Sa. Imaginea aceasta îmi vorbeşte iar şi iar. Isus nu a luat mielul în braţe doar pentru a-l mângâia uşor pe creştet şi a-i spune: „Ei, hai, gata!" Urmele piroanelor îmi amintesc că El a fost pironit pe cruce pentru a ne purta durerea şi suferinţa (Isaia 53:5). El a dat tot ce avea mai scump pentru noi.

Iar apoi a revenit la viaţă. El ne oferă mai mult decât mângâiere. La fel cum îl ţine pe mieluţ aproape de Sine, El ne oferă viaţa Sa cea nouă, iar noi trebuie să primim mângâierea Lui şi, împreună cu puterea pe care o transmite aceasta, să trăim viaţa răscumpărată pe care El a câştigat-o pe deplin pentru noi. Ioan 10:10 spune:

> „Hoţul nu vine decât ca să fure, să înjunghie şi să distrugă. Eu am venit ca ele să aibă viaţă şi s-o aibă din abundenţă."

CAPITOLUL 10

Dumnezeu mă găseşte!

Încă de la bun început a fost crucial pentru mine să ştiu că progresam în călătoria mea spre vindecare. Cu toate că uneori luptele erau intense, adânc în sufletul meu eram consolată să văd că lucrurile se schimbau. Dificultatea cu care mă confruntam era aceea că foarte des nu puteam asimila schimbările în ceea ce mă privea. Frecvent aveam nevoie fie de John, fie de unul dintre consilierii mei să mă ajute să văd eu însămi progresul pe care-l făceam.

Ştiam că cele şapte părţi fragmentate fuseseră eliberate, iar acum erau vindecate. Nu mai simţeam imboldurile la suicid din partea lor, dar pentru că eu încă nu mă alăturasem lor, nu puteam simţi împreună cu ele puterea şi bucuria pe care le găsiseră de curând.

Când eram acasă, ştiam că în timpul petrecut la Ellel Grange manifestasem multă durere şi furie faţă de nedreptatea din trecutul meu, însă acasă totul părea detaşat de mine. Recădeam în vechiul meu obicei de a face liste lungi cu ceea ce aveam de făcut şi de a face în mod obsedant curăţenie în casă. Dintr-un motiv oarecare, nu mă puteam „conecta" cu ceea ce se petrecea în Lancaster. „Nu cred că mai trebuie să mă întorc acolo", îi spuneam lui John, „cred că sunt bine acum."

Desigur, în realitate nu eram bine. Eram mai departe foarte controlată şi incapabilă să fiu spontană. Continuam să dormim în dormitoare separate, şi încă refuzam să interacţionez cu alţi oameni. „Îmi place ca totul să fie în ordine, şi îmi place să fiu singură. Nu e nimic rău în asta!" îmi spuneam.

Daţi-mi programul

Când mă aflam la Ellel Grange, îmi doream întotdeauna să cunosc programul zilei şi, de îndată ce înţelegeam ce aveam de făcut, dacă urma să-mi fie analizate gândurile sau convingerile, sau dacă urma să abordăm problema iertării sau a durerii, îmi ocupam mintea cu agenda acelei zile. Chiar dacă problemele erau adesea dificil de acceptat şi aveam de dat o bătălie în a le urma întocmai, mă simţeam într-o anume stare de siguranţă să am un program după care să funcţionez.

Cine este această persoană?

Fiona şi Anna au început să vadă că niciodată nu scoteam la iveală nimic din propria mea persoană. Dacă ele spuneau că le place cina, îmi plăcea şi mie, iar dacă lor nu le plăcea, nu-mi plăcea nici mie. Dacă una dintre ele spunea că-i plăcea o anumită culoare, ei bine, acea culoare îmi plăcea şi mie. În realitate, nu-mi puteam exprima propriile opinii sau alegeri, pentru că nu ştiam ce-mi plăcea sau ce-mi displăcea, ce-mi doream şi ce nu.

Majoritatea oamenilor încep să-şi clarifice aceste subiecte destul de devreme în viaţă, dar pentru cei care vin dintr-un context abuziv, copilăria are mai mult de-a face cu supravieţuirea decât cu aventura şi cu descoperirile.

Într-o zi şedeam în faţa celor patru consilieri ai mei, iar ei mi-au adresat o întrebare: „Dacă ai putea face orice ţi-ai dori, ce ţi-ar plăcea să faci?" În astfel de momente nu mă simţeam deloc în largul meu. Şi deveneam irascibilă, pentru că nu se ţineau de program!

Unul dintre consilieri, Jeremy, a spus cu entuziasm: „Mi-ar plăcea să mă dau cu jet-schiul!" Am fost complet oripilată şi nu înţelegeam cu niciun chip de ce şi-ar putea dori vreodată cineva să facă aşa ceva. El s-a întors spre mine şi m-a întrebat: „Ţie ce ţi-ar plăcea să faci?" Cu o atitudine ipocrită, am spus: „Vreau să mă fac bine ca să-i pot ajuta pe alţii."

Acum ştiu că nu e nimic rău în a avea o inimă dornică să-i ajute pe alţii, dar adevărul este că eu încercam să-mi găsesc valoarea personală din „a parcurge drumul ce duce la vindecare" şi apoi din „a-i ajuta pe alţii".

O faptă umană sau o fiinţă umană?

În strădaniile mele de a încerca să-mi găsesc un scop în viaţă, am învăţat să-i imit pe alţii şi am făcut din viaţă un carusel continuu de sarcini la care lucram perpetuu. Asemenea multor oameni, îmi căutam identitatea în „a face" şi niciodată nu-mi găsisem bucuria în „a fi" pur şi simplu.

Dumnezeu, Creatorul, mă făcuse să fiu o persoană în bună stare, cu propria mea identitate, cu abilităţi şi daruri, căreia îi plăceau anumite lucruri şi altele nu, însă eu îmi dezvoltasem doar intelectul. Eram capabilă să gândesc şi să raţionez la infinit, să mă conving că negrul era alb, dacă era necesar. Credeam pur şi simplu că aşa trebuia să fiu. Niciodată nu mă gândisem că ascunse, în interiorul meu, se găseau multe alte caracteristici cu care mă înzestrase Dumnezeu.

Unele dintre ele, cum ar fi plăcerea de a asculta muzică, fuseseră întemniţate în părţile mele frânte, dar existau multe aspecte în „eul meu adult" despre care nu ştiam absolut nimic şi care fuseseră reprimate adânc în mine.

Răul din inimă

Cu toate că mi s-a părut frustrant să nu am propriile mele opinii, la fel ca alţi oameni, mă temeam să caut prea adânc în interiorul meu. Era adevărat că îmi creştea constant sentimentul propriei valori, precum şi al valorii pe care o aveam în ochii lui Dumnezeu şi că învăţam să renunţ la stilul de viaţă de auto-blamare şi de auto-pedepsire. Cu toate astea însă, îmi păstram convingerea de neclintit că undeva, adânc în inima mea, eram rea şi mă temeam că această realitate va ieşi la iveală. Fusese altceva să mă confrunt cu părţile mele fragmentate, pentru că ele erau separate, dar nu voiam să dezvălui ceea ce se afla în inima *mea*.

Eu una mă vedeam ca pe un măr găunos care arăta bine pe dinafară, dar care era stricat în interior. Şi în cursul primelor mele vizite la Ellel Grange, când am experimentat acel conflict amar dintre faptul că îmi doream dragoste şi totuşi o uram, şi când simţisem acel teribil dor copilăresc de a-mi însuşi şi a mă agăţa de orice gest de dragoste şi de bunătate pe care-l puteam obţine, toate acestea nu făceau altceva decât să-mi confirme că eram rea în interior.

Unii oameni se descriu ca având „un copil interior". Eu credeam că aveam un copil interior foarte *rău*. Un copil care urla în faţa nedreptăţii de a nu fi fost iubit, şi care îşi ura părinţii şi îşi dorea să-i lovească răzbunător, nu doar pe ei, ci pe oricine. Şi asta nu pentru că eu, adultă fiind, nu aş fi înţeles aceste sentimente. În timpul consilierii le prelucrasem în mine. Dar ştiam că acel copil interior al meu îşi dorea să păstreze în continuare aceste sentimente şi, mai rău decât orice, dorea să îi folosească pe alţii pentru a-şi satisface dorinţele egoiste, de nesăturat.

Era ca şi când aş fi avut o rană ce supura pe care eram disperată să o ascund. Nu suportam ideea s-o poată vedea cineva, pentru că aşa cum duhneşte puroiul dintr-o astfel de rană, la fel şi atitudinile ce clocoteau în acest copil interior erau respingătoare şi ruşinoase. Cel puţin aşa mi se păreau mie.

Şi, din această cauză, toată concentrarea şi energia mea erau canalizate înspre a-mi ţine copilul interior izolat şi îngropat. Aceasta era strategia mea de supravieţuire. Acesta este motivul pentru care mi-am transformat viaţa într-o interminabilă listă de sarcini la care aveam de lucrat, motivul pentru care devenisem propriul meu tartore şi motivul pentru care mă ţineam atât de rigid de program în cadrul şedinţelor de consiliere. Nu eram dispusă să renunţ la a deţine controlul.

Lăsaţi-mă să fiu eu însămi!

Cam în această perioadă s-a întâmplat că tocmai treceam în revistă agenda zilei împreună cu Fiona, cu Anna şi cu o altă doamnă din echipa de consiliere, Karen, când am început să simt o frustrare intensă legată de tot procesul în care eram implicată. Acest sentiment nu era unul firesc pentru mine. Faptul că ştiam că „eram ocupată cu rezolvarea problemei şi că aveam un program de care să mă ţin" îmi oferise un oarecare sentiment de siguranţă.

Dar în acea secundă, m-am simţit foarte supărată pentru că eram pusă în faţa altei probleme şi, dintr-odată, de undeva din adâncul meu, mi-au ieşit pe buze cuvintele: „Nu sunt o maşină! Sunt o persoană!"

Am fost la fel de şocată ca şi consilierii mei, dar acesta a fost un moment critic al adevărului. Toată viaţa mea lucrasem atât

de asiduu să reprim acel „copil rău" din interiorul meu şi dintr-odată, *el* reuşise să mă reprime pe *mine* şi efectiv strigase în gura mare: „Lăsaţi-mă să fiu eu însămi!"

Nu înţelegeam că asta era ceea ce dorea şi Dumnezeu. El voia să fiu liberă, să fiu cea care eram în interior. Efeseni 2:10 spune astfel:

> Căci noi suntem lucrarea Lui, creaţi în Cristos Isus pentru faptele bune pe care le-a pregătit Dumnezeu mai dinainte, ca să umblăm în ele.

Am încercat atât de asiduu să fiu „o persoană bună", să fiu ceea ce credeam eu că trebuia să fiu, dar nu înţelegeam că aceasta era *lucrarea mea*. Dumnezeu dorea să renunţ la toată strădania mea, chiar şi la strădania cu care lucram la consecinţele trecutului meu, astfel încât ceea ce *făcuse El, lucrarea Lui*, esenţa fiinţei mele, acea parte din mine pe care El nu o vedea drept rea, ci doar zdrobită şi distrusă, să aibă dreptul să iasă la iveală, la fel cum aveam şi eu acest drept.

Pe măsură ce consilierii mei încercau să-mi explice acest lucru, inima mea s-a prăbuşit. Deci asta însemna că tot ce lucrasem eu până atunci era nul şi fără sens, pentru că totul fusese făcut prin acea parte din mine care încercase atât de asiduu să fie bună şi să facă totul bine?

Plină de răbdare, Fiona îmi reaminti că adevărul cu privire la trecutul meu fusese expus, părţile mele fragmentate fuseseră eliberate şi restaurate cu multă dragoste, iar Dumnezeu realizase conexiunea între sentimentele mele faţă de mine ca „adult" la momentul potrivit, încât să pot lucra şi accepta o doză imensă de iertare şi durere. Mă luptasem împotriva instinctelor mele naturale să urmez calea lui Dumnezeu şi să-I permit Duhului Sfânt să înceapă să şteargă amărăciunea ce-mi puroia în inimă; şi El nu venea să spună acum că tot ce se întâmplase până în acel moment ar fi fost greşit din cauză că „Eu cea bună" aş fi fost întotdeauna concentrată asupra reprimării lui „Eu cea rea".

Ceea ce spunea El era că, din cauza fricii, mă aflasem într-un fel de scoică strâns închisă, iar în interiorul scoicii se afla o perlă superbă ce fusese grav deteriorată, iar acum venise timpul Său să se deschidă scoica, să se scoată la lumină perla şi să fie restaurată.

Matei 13:45-46 spune astfel:

> Împărăţia Cerurilor este ca un negustor care caută mărgăritare frumoase [perle]. Când găseşte un mărgăritar foarte preţios, se duce şi vinde tot ce are, iar apoi îl cumpără.

Nu am putut trece peste a-mi vedea esenţa fiinţei mele, acel copil interior, ca fiind „rău", pentru că ştiam ceea ce era în mine. Iar în mintea mea, acesta trebuia distrus. Însă Dumnezeu spunea că eu eram atât de preţioasă pentru El, în esenţa fiinţei mele, încât El suferise *totul* pentru mine, chiar până la moartea pe cruce. Şi El aştepta timpul potrivit în care să am suficientă încredere în El, încât să-I permit să mă atingă înăuntru cu dragostea Sa, chiar în acea parte pe care eu o uram.

O inimă subdezvoltată emoţional

Din acel moment, prin intermediul consilierilor mei, Dumnezeu a început să mă încurajeze să permit scoicii să se deschidă şi să fie expusă „perla" din interior.

„Nu încerca să rezolvi totul în mintea ta", mă sfătuiră cu sensibilitate Fiona şi Anna. „Ascultă doar la ceea ce se petrece în adâncul tău. Care este strigătul inimii tale ce abia aşteaptă să fie auzit?"

Am fost deosebit de mânioasă, dar sub mânia mea se afla frică. Eram ca un iepure surprins de farurile unei maşini: cuprins de panică şi disperat să fugă undeva. În ciuda faptului că avusesem acel moment unic, definitor, în care „dorisem să fiu eu însămi", gândul de a mă „conecta" la dorinţele inimii mele era cu totul dezgustător. „Voi nu vă daţi seama ce este acolo!" m-am răstit eu la consilierii mei. Nu puteam fi convinsă că ceea ce se chinuia să iasă la suprafaţă nu era ceva rău, patetic, ruşinos şi stânjenitor.

Mă luptam cu două tendinţe – să mă ţin tare de strategiile mele de supravieţuire pe care le practicasem de-o viaţă, sau să urmez calea lui Dumnezeu. În cele din urmă, în timp ce echipa se ruga, am ales să-mi cer iertare de la Dumnezeu pentru faptul că avusesem mai mare încredere în felul meu de a rezolva lucrurile, în loc să am încredere în El cu *toată* fiinţa mea. Însă separarea devenise un mod de viaţă bine împământenit şi nu

puteam renunţa pe loc la ea şi să mă conectez la copilul din interior. Cu teamă I-am cerut lui Dumnezeu să realizeze El acea conexiune prin puterea Duhului Său Sfânt.

Şi, în timp ce El o realiza, m-am trezit strigând cu simplitatea unui copil ce simte o adevărată durere sufletească: „Nu vreau decât să fiu iubită!" Nevoia intensă din interiorul meu mă împinsese înainte, la fel cum făcuse şi în trecut. Exista acolo aceeaşi disperare de a fi ţinută în braţe şi îmbrăţişată, acelaşi dor după cineva care să mă privească în ochi şi să-mi vadă „copilul interior", să mă cunoască şi să mă dorească. Tânjeam să fiu răsfăţată ca un copil mic.

Acestea erau sentimente din copilărie, din vremea când încercasem din răsputeri „să fiu bună" şi să o mulţumesc pe mama, astfel încât „într-o clipă avea să mă iubească". Aşa trăisem pe când eram copil, aşteptând mereu şi mereu o atingere, un zâmbet, o expresie oarecare de dragoste din partea mamei mele care, până la urmă, nu a venit niciodată.

În acel moment în care mă aflam alături de consilierii mei, eram atât de imatură şi de copilă, încât această „esenţă interioară" ar fi putut trece cu uşurinţă drept o altă parte fragmentată. Dar aceasta nu era o altă parte care se frânsese într-un moment extrem de abuz sexual. Era realitatea modului în care eram eu, ca adult, adânc în inima mea, drept consecinţă a copilăriei mele. Mi-a devenit clar că, deşi mintea mea era foarte bine dezvoltată, în interior eram complet subdezvoltată emoţional, o fetiţă nesigură.

Nu mă autocompătimeam, ci mă consideram deosebit de stânjenitoare şi demnă de ruşine. Ştiam că doar câteva îmbrăţişări nu aveau să satisfacă acest „copil". El urma să pretindă tot mai mult. Şi, din câte îmi dădeam eu seama, el nu-L voia pe Dumnezeu, ci dorea doar să *manipuleze* oamenii.

Îl uram şi mi-am reînnoit hotărârea de a nu-i permite să mai iasă la iveală. M-am consolidat ca un „adult sensibil", trecând ca un buldozer peste el, închizându-mă şi separându-mă faţă de copilul din interior. L-am îmbrâncit afară din mintea mea.

Cum am învăţat „să fiu pur şi simplu"!

Consilierii mei ştiau, cumva, că tocmai pe acel copil din interior Îşi dorea Dumnezeu să-l atingă şi să-l ajute, încât să mă

pot dezvolta şi să pot creşte emoţional, iar părţile mele fragmentate să poată fi atunci reunite cu „eul meu adult" şi eu să fiu capabilă să funcţionez corespunzător, ca un „adult complet". Acesta fusese întotdeauna obiectivul. Echipa începu să folosească activităţi creative prin care să îmi scurtcircuiteze intelectul şi să ajungă în locul acela disperat din mine.

Însă eu mă separasem în aşa măsură de el, încât nu puteam înţelege deloc de ce trebuia „să ne jucăm". Mi se părea o pierdere de timp. Mă gândeam că ar fi trebuit să lucrăm la sistemele de convingeri şi de valori, sau la mecanismele de apărare, sau la emoţii...

„Sarah", a spus Fiona, „cea mai mare nevoie a ta este la nivelul fiinţei tale umane. Trebuie să înveţi să-i permiţi «adevăratului tău eu» să iasă la iveală, să «existe pur şi simplu»!" Nu puteam înţelege ce voia să spună şi răspundeam frustrată: „Bine, dar eu ce să fac în timp ce *exist*?!"

La un moment dat, patru consilieri şedeau în jurul meu cu un vraf de scoici vechi şi o paletă de acuarele, paiete şi mărgele viu colorate. „Hai să ne distrăm – să colorăm şi să decorăm scoicile astea", a spus unul dintre ei plin de entuziasm. M-am alăturat lor cam fără tragere de inimă, spunându-mi în sinea mea: „Acesta este modul în care o persoană ar trebui să «existe», deci aşa trebuie să lucrez şi eu la «a fi»!" Nu eram conectată la faptul că adânc în interiorul meu aveam o nevoie emoţională. Dar m-am simţit ameninţată când au început să se întrebe unul pe celălalt: „Ce culoare îţi place?", pentru că nu ştiam ce altceva să zic, decât să reproduc răspunsul altcuiva.

Echipa nu se dădu bătută şi, altă dată, ne-am pictat palmele mâinilor şi ne-am imprimat amprentele pe hârtie. Eu făceam tot ceea ce se aştepta de la mine să fac, însă Fiona, Anna şi Karen se rugau lui Dumnezeu să mă ajute să mă conectez la copilul din interior.

Brusc, în timp ce mi-am ridicat de pe hârtie mâna udă, pictată în galben, am început să râd. Dar pentru prima oară, răspunsul acesta nu fusese o reproducere a reacţiei nimănui. Ci era o reacţie directă a copilului meu interior. Era un semn că, în acel timp scurt, barierele mele fuseseră coborâte, iar locul imatur din interior prindea viaţă prin intermediul activităţilor creative. Acesta a fost un moment foarte semnificativ şi important.

Nevoie *versus* independenţă

Dar uram să mă simt ca un copil având nevoie de afecţiune în timp ce eu încercam să trăiesc o viaţă de adult, prin urmare am continuat să reprim şi să neg acea parte imatură a mea şi, odată cu ea, toată supărarea, ruşinea, vinovăţia şi neîncrederea adâncă ce erau închise în ea.

Faptul că încercam să reprim şi să neg eul interior nu a rezolvat problema în sine. Nu însemna decât că existau două extreme care acţionau simultan:

- **Nevoia extremă** ce izvora din interior, despre care consilierii mei mi-au spus în mod repetat că nu era „rea", ci că era manifestarea fetiţei cu nevoi emoţionale din mine, căreia Dumnezeu dorea să-i ofere mângâierea, puterea şi vindecarea Sa.
- **Independenţa extremă** ce izvora din „Eu cea bună", locul din care aveam să spun adesea: „Nu înţeleg de ce aş avea nevoie de ajutor. Nu voi permite ca trecutul meu să mă mai afecteze. Sunt în regulă."

Pe măsură ce copilul meu interior prindea viaţă, pornirea din „Eu cea bună" de a „rezolva" totul şi de a face totul bine era în continuare activă, iar soluţia mea pentru problema existenţei acestor extreme simultane era dorinţa de a trăi doar într-una din aceste două extreme şi de a o reprima, de a o bloca şi a o nega pe cealaltă.

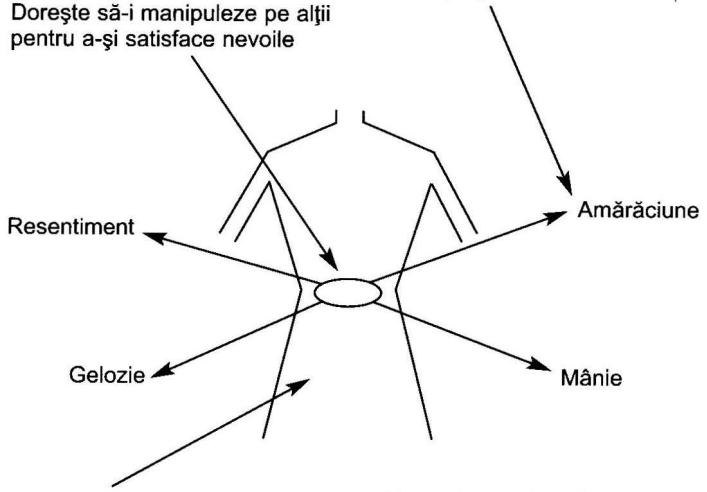
În cea mai mare parte a timpului, mai ales atunci când eram acasă, departe de consilierii mei, uitam cu desăvârşire de acea parte din mine care avea nevoi emoţionale disperate. Mă străduiam să fiu „Eu cea bună", un adult responsabil şi independent. Raţionând aceste lucruri, era ceva logic. Argumentam că nu era corect faţă de familia mea ca eu „să am o inimă de copil imatură". Ei aveau nevoie de mine ca adult care funcţiona deplin.

De asemenea, au existat alte momente când mă aflam la Ellel Grange şi înţelegeam că acest copil din interior nu era rău, ci avea nevoi şi suferea, şi atunci îmi doream să renunţ la responsabilitatea mea personală ca adult complet şi „să fiu doar un copil cu nevoi", completamente dependent de consilierii mei.

Persoana exterioară ce se luptă pentru supravieţuire şi esenţa subdezvoltată emoţional (perla)

- Îşi doreşte dragoste (are nevoie de dragoste)
- Suferă
- Se teme să fie rănită din nou
- Doreşte să-i manipuleze pe alţii pentru a-şi satisface nevoile

Emoţiile negative reacţionează din „esenţa interioară" la multe situaţii din prezent, din cauza nedreptăţii suferite în trecut.



Persoana îşi trăieşte viaţa de zi cu zi luptându-se să supravieţuiască (dar această luptă devine orientată împotriva sinelui)

- Îşi doreşte să fie o „persoană bună"
- Are convingerea despre „copilul din interior" că generează o „persoană rea" (o persoană negativă, neproductivă, dependentă, care îi secătuieşte pe cei din jur)
- Doreşte să fie liberă de „copilul din interior" care suferă, pentru că îi pricinuieşte atâtea dificultăţi
- Urăşte sentimentele negative, dependenţa şi nevoia
- Îşi doreşte să aibă parte de o viaţă îmbelşugată
- Îşi doreşte „normalitatea"

Mecanisme de adaptare:

- Negarea „copilului din interior"
- Un stil de viaţă caracterizat prin „cioplire" şi „zăvorâre"

Coexistenţa unor agende opuse, de exemplu planul de a se automutila/a se elibera prin suicid, concomitent cu dorinţa de a se încrede în Dumnezeu cu orice preţ.

Figura 7

În astfel de momente Fiona, Anna şi alţii care se alăturaseră echipei îmi reaminteau de realitatea vieţii mele de acasă: faptul că eram căsătorită, că aveam copii şi responsabilităţi legitime. Ei încercau să mă ajute să recunosc faptul că nici „copilul din interior" nu era fals, dar nici adultul, cel care trăia viaţa de zi cu zi, nu era o persoană completamente falsă şi imaginară.

Descoperirea de sine prin relaţii şi creativitate

Încă de la bun început, strigătul inimii mele fusese acesta: „Vreau să fiu şi în interior aşa cum sunt în exterior." Prin toate traumele din viaţa mea, nu mă găsisem niciodată pe mine, niciodată nu am ştiut cu adevărat cine eram. Dar, prin ajutorul pe care îl primeam, învăţam că pentru Dumnezeu nu fusesem niciodată pierdută.

El demontase ceea ce era fals în viaţa mea: măştile şi prefăcătoria, iar prin relaţia cu cei din jur şi prin activităţile creative, El trecea dincolo de intelectul meu şi-Şi făcea lucrarea de a atinge copilul din interior, punând la loc ceea ce lipsea din viaţa mea, astfel încât eu să pot începe să mă dezvolt şi să cresc emoţional.

Nu fusesem niciodată legată de mama mea şi, deşi ca adult deprinderile mele sociale supravieţuiseră relativ intacte, mi-era greu să întreţin relaţii. Eram întotdeauna disperată să obţin acceptarea şi aprobarea oamenilor şi nu mă puteam abţine să nu mă străduiesc să le obţin. În acelaşi timp, nu permisesem niciodată nimănui să se apropie de eul meu interior, de copilul dinlăuntru, unde erau întemniţate reacţiile mele foarte reale faţă de trecut: nevoia emoţională, ruşinea, vinovăţia, neîncrederea profundă şi teama de a fi rănită din nou.

Fiona şi Anna au început să mă scoată în excursii. Mergeam departe, la ţară şi făceam plimbări pe plajă. Odată, am alergat pe o plajă pustie, cu braţele larg deschise, strigând: „Vreau să fiu eu!", iar Fiona şi Anna mă urmau îndeaproape. În ciuda temerilor şi a luptelor mele, Duhul Sfânt acţiona în mine şi ceea ce era în interiorul meu ieşea la suprafaţă!

În timp ce Fiona şi Anna mă învăţau cântecele pe care ele obişnuiseră să le cânte la Şcoala duminicală pe vremea când fuseseră mici şi în timp ce, într-un mod foarte copilăresc, îmi îngăduiam să mâzgălesc cu acuarele pe hârtie alături de ele,

Dumnezeu trecea dincolo de zidurile mele de apărare şi învăţam să mă joc. Şi, în timp ce ne jucam, râdeam. Şi fetiţa din mine se lega în cel mai natural mod posibil de Fiona şi de Anna. Prin creativitate, din acest eu interior zdrobit şi reprimat, învăţam lecţii despre relaţii; învăţam „să fiu pur şi simplu" împreună cu alţii, fără să mă străduiesc mereu să le câştig acceptarea sau să încerc să obţin ceva. Acesta era un miracol!

Am început să învăţ totodată lucruri despre mine: pentru absolut prima oară am descoperit culorile care-mi plăceau şi pe cele care nu-mi plăceau. Am descoperit că şi eu puteam fi creativă.

Într-o seară, după ce petrecusem toată ziua alături de consilierii mei, am început să creez o felicitare prin care să le spun „Mulţumesc". Până în acel moment, nu făcusem niciodată nimic creativ şi cu atât mai puţin să fi întreprins ceva de genul acesta, însă acum am luat-o drept o sarcină serioasă la care să lucrez. Dar mi-a făcut plăcere! Mi-a plăcut să aleg culorile mărgeluţelor şi panglicile pe care le-am lipit pe felicitare, iar când am terminat-o, mi-a plăcut ceea ce realizasem şi abia aşteptam să le-o ofer!

Descopeream ceva ce fusese dintotdeauna în interiorul meu, dar pe care nu-l cunoscusem înainte, şi învăţam să fiu spontană! Viaţa autentică izvora din acel loc adânc din interiorul meu.

Cum L-am găsit pe Dumnezeu Tatăl prin creativitate

Am început să experimentez ceva din cântecul pe care îl cântaserăm prima dată în timpul primei mele vizite la Ellel Grange, la Sejurul de Vindecare de 10 zile: „Domnul, Dumnezeul tău, se bucură de tine nespus, iar dragostea Lui îţi va da o viaţă nouă." La fel cum un părinte se bucură să-şi vadă copiii simţindu-se bine în pielea lor, şi Dumnezeu era încântat de faptul că mă simţeam bine în pielea mea! Niciodată nu fusesem în stare să-L numesc Tată. Acel cuvânt mi se oprise întotdeauna pe limbă, dar ceva începuse să se schimbe.

Într-o zi creasem nişte felicitări şi, când m-am întors, am vărsat un pahar de apă peste ele. Am fost aşa de dezamăgită de faptul că le stricasem, dar în timp ce simţeam dezamăgirea, am

ştiut că şi Dumnezeu era dezamăgit, însă nu pentru că felicitările se stricaseră, ci pentru tot ce investisem eu din mine în ele. Brusc, nu mi-am mai făcut griji de felicitări, ci am fost copleşită de faptul că lui Dumnezeu Îi păsa atât de mult de mine!

Mai târziu, când felicitările s-au uscat, am tăiat părţile care fuseseră distruse şi le-am montat din nou pe câte un fond nou, şi am fost surprinsă să constat că arătau chiar mult mai bine decât originalele. Din nou, Dumnezeu a folosit acest incident pentru a-mi vorbi despre ceea ce făcea El în viaţa mea. Dicţionarul spune că „a restaura" înseamnă „a aduce într-o formă anterioară sau într-o stare originală", însă Dumnezeu îmi arăta că, atunci când El restaurează, El multiplică totul şi oferă mult mai mult înapoi. Ştiam că acesta era un adevăr biblic din povestea lui Iov pe care Dumnezeu l-a restaurat şi i-a dăruit de două ori mai mult decât avusese înainte să piardă, teoretic, tot ceea ce avusese (Iov 42:10-12).

Dumnezeu mi-a vorbit chiar mai profund într-o seară când, din nou, mă hotărâsem să fac o felicitare pentru cineva. Căutam ceva prin jur care să-mi fie de folos la felicitare şi am dat cu ochii de o cutie goală de ciocolată din coşul de gunoi. Avea pe ea imaginea unui trandafir, care ştiam că se va potrivi de minune dacă-l decupam de pe cutie şi-l lipeam pe un fundal frumos.

În timp ce am cules cutia boţită din coşul de gunoi şi m-am apucat să decupez cu grijă imaginea trandafirului, Dumnezeu mi-a adus aminte că, atunci când eram în spitalul de psihiatrie, m-am simţit ca şi când eram un gunoi aruncat la tomberon. Dar El nu mă privise ca pe un gunoi, ci ca pe un trandafir frumos, şi mă salvase. El îmi îndepărta murdăria de pe mine şi mă restaura din interior, încât în cele din urmă să pot fi în stare să aduc laolaltă toate părţile frânte, să fiu vindecată şi întreagă, în stare să-mi trăiesc viaţa, dându-I Lui toată slava.

M-am gândit la parfumul unui trandafir şi mă întrebam dacă voi avea cumva, cândva, privilegiul de-a aduce parfumul lui Isus altora care aveau nevoie de El (2 Corinteni 2:15).

Pierdută şi găsită

Prin relaţia cu cei din jur şi prin creativitate, Dumnezeu a adus la suprafaţă şi mi-a hrănit „adevăratul meu eu", copilul interior

pe care-l pierdusem. El îmi turna speranţă în acest loc imatur, lipsit de speranţă. Îmi amintesc cum am privit-o pe Fiona în ochi şi am ştiut că ea putea vedea acel „eu real" şi, din acel loc interior, i-am spus: „Mă *cunoşti*, nu-i aşa?" „Da", a spus ea cu blândeţe, „te cunosc". A însemnat atât de mult să nu mai fiu ascunsă şi reprimată, ci să mă ştiu cunoscută şi acceptată.

Însă nu doar Fiona mă cunoştea. Dumnezeu mă cunoştea. El era Cel Care acţiona în mine prin Fiona şi Anna, Cel Care pornise în căutarea mea. Psalmul 139 începe astfel: „O, Doamne, Tu mă cercetezi şi mă cunoşti" şi continuă cu afirmaţia că noi nu putem fi niciodată pierduţi pentru Dumnezeu. În toţi anii în care am locuit în acel „loc adult" în care esenţa identităţii mele fusese pierdută pentru mine, nu fusesem niciodată pierdută pentru Dumnezeu, iar acum El Îşi desăvârşea lucrarea de restaurare a perlei pe care o găsise.

Familia lui Dumnezeu în acţiune

În primii mei trei ani în care am vizitat Ellel Grange, nu am ieşit niciodată din incinta apartamentului mărginit, destinat consilierii, decât pentru a mă urca în maşină şi a pleca acasă. Singurii oameni pe care i-am văzut şi cu care am interacţionat acolo a fost grupul restrâns de consilieri care lucrau cu mine. Echipa de la Ellel Grange avea mult mai mulţi membri de care mă temeam prea tare ca să intru în contact cu ei.

Cu toate astea, în timp ce Dumnezeu mă atingea şi mă întărea, a început să-mi crească încrederea şi, în loc să-mi petrec orele de masă la etaj împreună cu echipa de consilieri, am început să-i însoţesc în Camera echipei din clădirea principală şi să luăm masa împreună cu echipa lărgită. Acesta a fost un pas imens pentru mine, un pas important.

Totuşi nu pot să neg faptul că eram extrem de agitată şi de temătoare, deşi fiecare persoană cu care veneam în contact era evident sincer bucuroasă să mă vadă. Aveau întotdeauna câte un cuvânt bun pentru mine. Îmi spuneau că se rugaseră pentru mine şi îmi ofereau felicitări pe care îmi scriseseră versete biblice de încurajare, precum şi mici cadouri care ştiam că erau dăruite cu o dragoste sinceră.

Mi-o amintesc pe una din membrele echipei care mi-a

zâmbit cu drag când m-a văzut pentru prima oară, m-a cuprins în braţe şi mi-a spus: „Deci tu eşti Sarah pentru care mă rog deja de-atâta timp?" Am rămas înmărmurită şi am fost uimită de faptul că acestor oameni, care nici nu mă cunoşteau cu adevărat, chiar le păsa de mine.

Exista în viaţa lor o infrastructură care le conferea consistenţă în modul în care le păsa. Încă de la bun început, de fiecare dată când ajungeam la Ellel Grange, mă aşteptau întotdeauna în camera mea flori şi felicitări care îmi urau bun-venit din partea echipei. În timp ce mie îmi fusese prea frică să interacţionez cu ei în toată acea perioadă de trei ani şi respinsesem fiecare expresie a dragostei ce-mi era oferită de consilierii mei, echipa lărgită continua cu perseverenţă să-mi pregătească mâncarea şi mi-o aduceau la uşa de la intrarea la etaj. Luau vasele murdare după fiecare masă şi le spălau; îmi strângeau hainele murdare, mi le spălau şi mi le călcau; se asigurau că aveam suficiente pături în plus în timpul vizitelor mele de iarnă; şi, cu toate că eu mă ascundeam în dormitorul meu şi mă temeam să ies afară şi să-i salut, ei dormeau pe rând în camera alăturată pentru a se asigura că eram şi noaptea în siguranţă.

Ajutorul creştin care mi-a fost oferit pe gratis şi de care am beneficiat la Ellel Grange era o expresie autentică şi vie a unei familii, iar aceasta reprezintă dorinţa lui Dumnezeu pentru noi toţi. El ne priveşte ca pe copiii Lui:

> Însă tuturor celor ce L-au primit, adică celor ce cred în Numele Lui, le-a dat dreptul să devină copii ai lui Dumnezeu...
>
> (Ioan 1:12)

> Vedeţi ce dragoste mare ne-a dăruit Tatăl: să fim numiţi copii ai lui Dumnezeu. Şi suntem! De aceea nu ne cunoaşte lumea: pentru că nu L-a cunoscut nici pe El.
>
> (1 Ioan 3:1)

> „Eu voi fi Tatăl vostru, iar voi veţi fi fiii şi fiicele Mele, zice Domnul cel Atotputernic."
>
> (2 Corinteni 6:18)

În timp ce mă îndreptam spre clădirea principală de la Ellel Grange pentru a lua masa, am început să văd că erau tot mai mulţi cei care veneau să-mi dea o mână de ajutor. Şi am început să înţeleg că, în acest loc, familia lui Dumnezeu devenea realitate. Acesta era modul în care El intenţionase să interacţioneze familia Sa.

Nu am înţeles niciodată până atunci ce însemna cu adevărat o familie, dar aici mi s-a oferit o bază pe care am putut clădi, iar în final mi s-a oferit un sentiment al apartenenţei şi al acceptării după care tânjisem dintotdeauna în adâncul inimii mele.

CAPITOLUL 11

Nu mă părăsiţi!

Odată ce câştigam tot mai multă încredere în mine, unele din temerile mele pierdeau teren, iar în comportamentul meu de-acasă se observau semne clare ale progresului.

În loc să rămân ascunsă în casă din cauza epuizantei frici de oameni, care mă subjugase atâta timp, am început să mă aventurez din nou afară, în grădină. Nu mai făcusem asta de ani de zile, dar mi s-a născut dorinţa să semăn seminţe în seră, să am grijă de ele şi să le urmăresc creşterea. Şi, odată cu trecerea timpului, am fost cuprinsă de pasiunea să transplantez răsadurile în grădină, însă nu le mai doream înşirate în linii perfect drepte! Îmi doream să fiu creativă! Eram atât de încântată că, în sfârşit, unele din regulile mele autoimpuse începeau să dispară.

Am început să ies la plimbare cu John pe plajă sau pe drumuri de ţară. Şi, treptat, am început să întreprind cu mult curaj chiar şi drumul la supermarket pentru a face cumpărăturile săptămânale. La început eram agitată, mergeam cu capul plecat şi îl ţineam pe John de braţ, dar nu am mai luat-o la fugă înapoi în maşină şi, de fiecare dată, era tot mai uşor.

Întoarcerea la biserică

Cu toate că nu mai fusesem de ani de zile la biserică, pastorul meu, David, şi soţia lui, Caroline, au continuat să se roage cu credincioşie pentru mine în toată perioada cât am primit

ajutor. Din când în când au venit să mă viziteze acasă, interesându-se de mine şi de starea mea. Când a observat că devin tot mai puternică şi mai încrezătoare, David m-a întrebat dacă mă simţeam în stare să mă întorc la biserică. Perspectiva era terifiantă, dar exista ceva în mine care nu-şi mai dorea să trăiască în izolare şi, în ciuda fricii, voiam să trăiesc o viaţă normală. El mi-a sugerat serviciul din timpul săptămânii la care participau mai puţini oameni în comparaţie cu cel de duminică, gândindu-se că mi-ar fi mai uşor. Şi i-am spus că voi veni.

În primele câteva săptămâni ajungeam exact când începea serviciul divin, mă aşezam pe scaunul cel mai apropiat de ieşire, la capătul ultimului rând, şi plecam în timp ce David rostea rugăciunea finală. Era cel mai bun mod de-a evita să fiu nevoită să vorbesc cu cineva. În timpul serviciului tremuram de frică şi uneori nici nu-mi puteam deschide gura să intonez imnurile, pentru că ştiam că nu-mi voi putea reţine lacrimile dacă începeam să cânt. Însă am continuat să revin la biserică şi, treptat, temerile au început să se atenueze. În cele din urmă am început să rămân câteva minute după sfârşitul slujbei şi să povestesc, nesigură, cu ceilalţi. Oamenii erau sensibili şi prietenoşi, iar eu am început să mă relaxez.

Cu toate că acestea erau singurele mele ieşiri şi eram în continuare dependentă de curăţenia obsesivă pe care o făceam acasă, viaţa mea dintre vizitele la Ellel Grange începea să capete un anume sens al normalităţii. Atât eu, cât şi John am fost încurajaţi şi recunoscători pentru progresul pe care-l vedeam.

Cu toate acestea, mai exista o problemă care mă necăjea şi îmi crea o frustrare intensă, şi care stătea ca un bolovan masiv în viaţa mea, blocând ultima parte a drumului ce ducea spre libertate.

Dependenţa relaţională

Încă din primele zile ale vizitelor mele la Ellel Grange mă temusem încontinuu că voi dezvolta o dependenţă nesănătoasă de consilierii mei. Mult timp copilul din interiorul meu, care dorea afecţiune, fusese separat şi ascuns, însă Dumnezeu îl scosese la iveală şi mă adusese la viaţă prin

intermediul Fionei şi al Annei, astfel că eu nu doar că m-am ataşat de ele, dar am dezvoltat o relaţie de dependenţă cu totul nesănătoasă.

Nici Fiona, nici Anna nu avuseseră nicio nevoie nesănătoasă în privinţa mea. Relaţia a devenit dezechilibrată în totalitate din cauza mea. Şi a fost devastator. Mă simţeam ca şi când aş fi schimbat o dependenţă cu alta. În loc să fiu bulimică, automutilatoare şi suicidară, dezvoltasem o dependenţă relaţională şi, odată cu ea, o anxietate intensă de separare.

Anxietatea de separare

În timpul vizitelor mele la Ellel Grange, când se apropia momentul în care Fiona şi Anna trebuiau să plece acasă odată cu lăsarea serii, în mine începea să se dea o luptă. Ca adult, îmi doream să preiau controlul şi să reduc la tăcere copilul din interior, dar cu timpul devenea tot mai greu să înăbuş panica apărută în mine, din interior. În cele din urmă, nu am mai putut-o controla şi deveneam de-a dreptul isterică, urlând la ele: „Nu mă părăsiţi! Vă rog, nu mă părăsiţi!" Nu conta cât de multe asigurări îmi dădeau înainte de a pleca, era întotdeauna la fel şi, de fapt, era chiar din ce în ce mai rău.

Când eram acasă, am devenit incapabilă să-mi controlez obsesia crescândă legată de locul unde se aflau Fiona şi Anna, într-un moment sau altul, cu cine se întâlneau şi ce făceau. Simţeam o gelozie intensă faţă de familiile lor. În realitate, gelozia era de fapt sentimentul meu de teamă pe care-l reprimasem în copilărie, atunci când, ca fetiţă neglijată, îi văzusem pe ceilalţi copii ai căror părinţi erau afectuoşi cu ei şi-mi doream cu disperare să am parte de familiile lor, în loc de cea pe care o aveam. Dar, adultă fiind, nu am înţeles niciodată acest lucru. Pur şi simplu uram faptul că eram geloasă.

Tânjeam din adâncul sufletului meu să fiu aproape de Fiona şi de Anna zi şi noapte şi, ori de câte ori povesteam cu ele, fie că eram la Ellel Grange, fie că vorbeam la telefon de-acasă, le ceream lucruri imposibile şi le făceam acuzaţii copilăroase, furioase. Proiectam asupra lor tot ceea ce, în realitate, simţeam faţă de mama mea. „Nu vă place de mine!... Nu mă iubiţi!... Vreţi să scăpaţi de mine!"

Ca adult, încercând să-mi trăiesc viaţa zi de zi, eram ca o persoană dependentă de alcool sau de stupefiante. Eram permanent ca beată. Au existat momente când făceam faţă rezonabil vieţii zilnice, făcând paşi considerabili înainte, şi păream a fi practic „normală", dar mai existau şi alte momente când dorinţele mele, schimbările de dispoziţie şi izbucnirile pline de furie răbufneau la suprafaţă din interior şi mă copleşeau. De fiecare dată mă luau prin surprindere şi mă şocau.

Şi, aşa cum orice comportament de adicţie afectează atât familia celui dependent, cât şi pe toţi cei din jur, la fel s-a întâmplat şi în cazul meu. Era ca şi când aş fi fost o persoană cu o viaţă dublă. John şi copiii nu ştiau niciodată când aveam să izbucnesc din nou în pretenţii necontrolate, frenetice şi explozive la adresa timpului şi atenţiei Fionei şi Annei.

N-ar fi trebuit să mă lase să devin dependentă!

Unii oameni vor spune că Fiona, Anna şi echipa n-ar fi trebuit să-mi permită să devin atât de dependentă de ele. Eu însămi am îmbrăţişat cu vehemenţă această abordare pentru multă vreme. Totuşi, deşi m-am luptat cu această chestiune, am cedat în cele din urmă şi am acceptat să-mi asum esenţa acestei probleme.

Copil fiind, fusesem totalmente privată de dragoste. Nevoia de afecţiune, apreciere, blândeţe, bunătate, afirmare şi încurajare sunt nevoi legitime pe care le are orice copil, iar privarea unui copil de aceste lucruri îi lasă o mulţime de nevoi nesatisfăcute şi echivalează cu o cruzime fără margini, care va lăsa răni pe viaţă în sufletul copilului.

Faptul că mi se refuzase dragostea mă lăsase cu un gol imens în interior, un loc al privaţiunii absolute, chiar în străfundul fiinţei mele. La acest loc ajunseseră Fiona şi Anna şi, odată cu ele, şi „eul meu adult" a fost nevoit să stabilească un contact cu acesta. Atinsesem şi simţisem acel loc din mine unde nu exista *nimic* şi, din cauza acelei pustiiri, a acelei absenţe complete a *fiinţei*, am găsit acolo o frică şi o panică frenetice, o disperare intensă după ceva sau cineva cu care să interacţionez, care să mă afirme ca persoană, să-mi ofere dragostea de care aveam nevoie, să mă scoată din pustiul acela

şi să mă aducă la viaţă. În acest loc văduvit din mine, totul se reducea practic la o chestiune de supravieţuire şi la întrebarea disperată: e posibil să exist?

Atât de intense erau sentimentele şi frica din interiorul meu, încât eram totalmente incapabilă să le controlez folosindu-mi mintea şi nu ştiam ce altceva să fac decât „să le cioplesc şi să le zăvorăsc", scoţându-le în afara gândirii mele conştiente. Dar asta nu le-a determinat să înceteze să mai existe. Pur şi simplu reuşisem să îngrop nevoia disperată ce exista în mine, în copilul meu interior.

Iar acest copil interior din mine tânjea după afecţiune şi după dragostea maternă plină de tandreţe, de care Dumnezeu doreşte să beneficieze orice copil, pentru a mă putea dezvolta emoţional şi a căpăta un simţ autentic, complet şi desăvârşit al valorii şi al siguranţei mele personale. Acest copil din interiorul meu era disperat să fie văzut, să fie dorit, să fie util, semnificativ şi special.

Nu doar părinţii mei mă abandonaseră emoţional făcând ca prin aceasta nevoile cu care mă înzestrase Dumnezeu să nu fie satisfăcute niciodată, dar mă abandonasem şi eu, de asemenea. Reprimasem partea imatură din mine undeva, în adânc, odată cu privarea chinuitoare, cu durerea şi cu sentimentul de furie faţă de nedreptatea suferită. Şi niciodată nu-i permisesem să se exprime. Din acest motiv exista un sentiment atât de cumplit al nedreptăţii în mine. În „eul meu adult" credeam că ceea ce simţeam era rău şi greşit şi că trebuia să fac ceva în această privinţă.

Dumnezeu adusese la viaţă şi îngrijise acea parte abandonată, prin intermediul Fionei şi al Annei. Ele acceptaseră acea fetiţă, o încurajaseră şi îi satisfăcuseră acea nevoie dureroasă de a fi iubită. Ele primiseră, de asemenea, dragostea *ei*, ceva ce părinţii mei nu făcuseră niciodată, şi acest lucru mă ajutase să-mi crească valoarea de sine în ochii mei.

Nu exista nicio îndoială că Dumnezeu le folosise cu putere în a-mi demonstra ce este dragostea. Nu aş fi putut-o pricepe dacă ele ar fi stat de cealaltă parte a biroului şi mi-ar fi spus că nu trebuia să mai fiu supărată că părinţii mei nu m-au iubit, pentru că Dumnezeu mă iubeşte.

Cred din toată inima că dragostea necondiţionată a lui Dumnezeu este singurul remediu veritabil pentru persoanele

abuzate, neiubite şi zdrobite, dar cum poate şti o persoană ce anume este dragostea dacă nu i-a fost exemplificată niciodată prin oameni?

Tulburarea de ataşament

Cu toate că nu înţelegeam, problema mea era aceea că îmi ataşam durerea de Fiona şi de Anna. Pur şi simplu le spuneam: „Voi aţi găsit copilul acesta din interiorul meu. Voi v-aţi arătat afecţiunea faţă de el. Voi să vă asumaţi şi responsabilitatea pentru el atunci când începe să urle după atenţie." De ce? Pentru că mă temeam de durere şi nu credeam că doar Dumnezeu singur îmi putea satisface nevoia mea.

Nu-mi îngăduiam să simt durerea dacă nu erau prin preajmă Fiona şi Anna pentru a mă consola. Ori de câte ori reuşeau în sfârşit să închidă uşa după ele şi să plece acasă cu maşina lor, sau după ce eu plecam acasă, de îndată ce rămâneam singură, îmi întemniţam cu forţa acel copil din interior şi, odată cu el, toate nevoile lui şi refuzam să-l mai bag în seamă.

Nici nu e de mirare că acel copil din mine tânjea să fie cu ele. Când eram acasă, reveneam la starea mea de robot, făcând curăţenie în mod obsesiv şi închizând această parte foarte reală din mine înapoi în temniţă.

O lume a fanteziei

Din interior, era ca şi când aş fi fost un copil ce era pe cale să se înece, iar Fiona şi cu Anna erau un colac de salvare ce-mi fusese aruncat, în sfârşit, peste bord. Îmi întinsesem braţele şi mă agăţasem de ele, literalmente, pe viaţă şi pe moarte. Ajunsă acasă, întemniţată şi redusă din nou la tăcere, eram de-a dreptul disperată să mă întorc din nou la ele, pentru că doar atunci când eram cu ele mi se oferea libertatea de a „fi în viaţă" şi de-a mă exprima.

În disperarea sa, copilul din interiorul meu şi-a format o iluzie în jurul Fionei şi al Annei. Pentru că nu fusesem niciodată iubită de mama mea, le vedeam pe ele drept imagini materne desăvârşite. Erau pline de bunătate şi blânde, răbdătoare şi afectuoase. Aveau toate atributele care îi lipsiseră

mamei mele şi, în subconştient, îmi spuneam: „Asta mi-am dorit dintotdeauna – o mamă care să aibă grijă de mine, care să mă oblojească, să mă mângâie, să mă facă să mă simt specială". În subconştient, îmi transferam durerea chinuitoare din interior asupra lor, pentru a mă mângâia şi a mă face să mă simt specială.

Fără să-mi dau seama de ceea ce făceam, ciopleam şi zăvoram în continuare realitatea faptului că ele aveau propriile lor vieţi şi familii, închipuindu-mi, în schimb, că ele îmi puteau satisface nevoia mea de a avea o mamă. În lumea imaginară care se născuse în subconştientul meu, credeam realmente că Fiona şi/sau Anna îmi puteau fi mamă şi că toate problemele mele aveau să se rezolve instantaneu.

În cele din urmă, în iluzia pe care mi-o formasem, Fiona deveni mai degrabă o imagine, şi nu cea care era ea în realitate, şi am început să folosesc această imagine în încercarea de a-mi astâmpăra însingurarea interioară. De fiecare dată când o făceam, aveam impresia că funcţiona, dar în realitate mă epuiza, amplificându-mi tensiunea şi chinul. Singura speranţă şi pace autentică am experimentat-o atunci când am înţeles şi am acceptat adevărul: adevărul privind realitatea golului din interior şi al abandonului suferit şi adevărul că nu eram orfană şi abandonată de Cel Care mă crease şi Care mă cunoştea.

Poate exista eliberare veritabilă de o dependenţă?

Ca adult, încercând să trăiesc o viaţă normală de zi cu zi, eram îngrozitor de furioasă că acel copil din interiorul meu era atât de hotărât să facă din Fiona şi din Anna mama mea. Ştiam că era greşit. Era ceva rău şi nu voiam să fac asta, chiar uram faptul că o făceam. Nu aveam niciun fel de compasiune faţă de această parte din mine ce avea nevoie de afecţiune, ci doar o uram. Însă nu o puteam reduce la tăcere.

Ori de câte ori mă aflam în prezenţa Fionei şi Annei eram ca un alcoolic care avea o sticlă de whisky în faţă. Nu mă puteam opri din a încerca să le folosesc pentru a umple golul din mine şi pentru a-mi satisface nevoile interioare. Mintea mea pornea de fiecare dată pe aceeaşi cărare bătătorită: „Totul este în regulă acum, sunt cu Fiona şi cu Anna. Ele mă iubesc. Vor avea grijă de mine." Şi prin faptul că ştiam că, fiind

creştini, aparţinem cu toţii familiei lui Dumnezeu, le puneam întrebări manipulatoare: „Fac parte din familia voastră? Mă iubiţi?" şi doream să ştiu: „Când o să ne mai întâlnim?"

Mă luptam să pot crede că voi avea vreodată parte de-o eliberare veritabilă de această dependenţă, care nu doar că era oribilă pentru mine, ci şi extrem de neplăcută pentru Fiona şi Anna, şi, de asemenea, şi pentru familia mea. Una dintre cele mai mari temeri ale mele era aceea că, după toate eforturile pe care le depuseseră cu toţii în a mă sprijini şi a mă ajuta, eu nu aş fi avut de ales decât să mă prefac că eram mai bine, pentru că n-aş fi suportat să-i las să simtă că toate eforturile lor au fost în van.

În cele din urmă, am decis că singura rezolvare pentru problema mea era să găsesc un mod mai onorabil de a-i face faţă şi să învăţ să trăiesc cu ea. M-am hotărât să fiu recunoscătoare pentru tot ajutorul şi pentru toată vindecarea de care beneficiasem până atunci, să mă separ complet de Fiona şi de Anna şi să stau departe de Ellel Grange. Urma să fiu ca un alcoolic care era în regulă câtă vreme stătea departe de alcool.

Problema era că acasă nu trebuia decât să aud numele Fionei pomenit într-o discuţie, sau să primesc vreo publicaţie de la Ellel Ministries pe care se afla poza ei, ca dorul incontrolabil să răbufnească iar la suprafaţă, iar eu să devin din nou de-a dreptul isterică.

La fel ca orice altă dependenţă, din când în când mă hotăram să nu mai recad în vechile obiceiuri. Dar cădeam mereu.

Cum am făcut faţă adevărului pierderii suferite

Oricât de greu le-ar fi fost, nici John, nici Fiona şi nici restul echipei nu s-au îndoit vreodată de faptul că exista o cale prin care să fiu cu adevărat liberă.

În timp ce consilierii mei căutau faţa lui Dumnezeu şi calea Sa ce ducea înainte, El a început să le arate faptul că eu trebuia să-mi accept şi să-mi îmbrăţişez complet copilul din interior pe care-l uram atât, nu ca pe o parte separată din mine, ci ca pe o parte integrantă a personalităţii mele. În realitate, acest loc nedezvoltat din mine nu era separat (cum fuseseră părţile mele fragmentate), şi nu era „rău". Eu îmi foloseam pur şi

simplu mintea pentru a respinge nevoia foarte reală şi legitimă de dragoste care nu-mi fusese niciodată satisfăcută, cum ar fi trebuit, în copilărie. Reprimam ceea ce nu-mi plăcea la mine şi ceea ce nu-mi doream, pe motiv că era dureros.

Dumnezeu nu le cerea consilierilor mei să-mi satisfacă acele nevoi. În realitate, nici nu puteau s-o facă. Fiona sau Anna nu ar fi putut niciodată să-mi fie mamă, indiferent de cât de mult îmi doream eu asta. Dumnezeu le arăta că El nu intenţiona să înlocuiască pentru ceea ce nu avusesem niciodată. Nu dorea să-mi schimbe trecutul. El este un Dumnezeu al adevărului şi al realităţii şi El spunea că pentru mine venise timpul să îmbrăţişez în sensul cel mai profund adevărul că nu avusesem niciodată parte de dragoste maternă, chiar dacă eu îmi doream acum cu disperare o mamă surogat. Cu toate că Dumnezeu le folosea pe Fiona şi pe Anna pentru a sădi în mine, prin afecţiune duhovnicească, aspecte ale dragostei părinteşti de care aveam nevoie, ele nu erau destinate să-mi fie un surogat.

Dumnezeu nu mă condamna. El înţelegea dorinţa mea şi era plin de compasiune, dar tot El îmi spunea că era timpul să-mi aduc pierderea la El şi să I-o încredinţez Lui.

Era greu! Nu voiam să-mi asum faptul că „eu cea rea" făcea parte din mine! Îmi doream să continui s-o reprim. Nu voiam să recunosc că *eu* eram cea care încercam să le manipulez pe Fiona şi pe Anna să-mi satisfacă nevoile. Într-adevăr, nu voiam să-mi asum şi să simt cea mai adâncă durere a abandonului.

Fiona şi Anna ştiau că atinseseră şi îngrijiseră această rană, dar că venise timpul să mă lase să mă confrunt cu sentimentul nevoii, iar în acest sentiment să cunosc în cel mai profund mod posibil că: „E imposibil ca ele să-mi satisfacă acea nevoie." Dumnezeu făcuse o lucrare profundă de vindecare în alte domenii ale vieţii mele de copil abandonat. Acum era cel mai corect şi mai sigur pentru mine să fac faţă celei mai adânci suferinţe.

În loc să mă apuc să consum alcool sau droguri pentru a-mi paraliza durerea emoţională intensă, mi-am dat seama în cele din urmă că nu exista nicio altă cale. Şi astfel, am început să-I cer lui Dumnezeu să mă ajute să fac faţă şi să-mi însuşesc adevărul legat de nevoia nesatisfăcută pe care o aveam în interior şi iluzia că nu „eu cea rea", ci *chiar eu* mă agăţasem de ele, într-o încercare zadarnică de a-mi satisface nevoia.

Scuturarea cuibului

Deuteronom 32:10 spune:

> El l-a găsit într-un ţinut pustiu, într-o singurătate plină de urlete deznădăjduite. L-a înconjurat şi s-a îngrijit de el. L-a apărat ca pe lumina ochilor Lui, [...]

Dumnezeu lucrase, prin Fiona şi prin Anna, pentru a găsi acea parte din mine care avea nevoie de afecţiune şi, un timp, îmi protejase, îmi îngrijise şi îmi hrănise „copilul interior", aducând la viaţă acea parte din mine care fusese atât de zdrobită. Dar acum venise vremea să merg mai departe.

Următorul verset din Deuteronom (32:11) vorbeşte despre Dumnezeu Care este „asemenea vulturului care îşi scutură cuibul", un vultur ai cărui pui sunt suficient de mari să zboare, dar nu sunt prea dornici să părăsească tihna cuibului moale şi căptuşit cu puf. Aşa că vulturul vine şi-şi „scutură cuibul", stricând culcuşul moale şi cald, iar cuibul devine inconfortabil şi puii nu mai vor să rămână acolo. Într-un fel, vulturul îi împinge peste marginile cuibului astfel ca ei, în final, să-şi poată împlini destinul, să se avânte în sus, cu aripile larg întinse (Isaia 40:31).

Asta era ceea ce le cerea Dumnezeu Fionei şi Annei să facă. Dacă ele ar fi continuat să se îngrijească de copilul meu interior, nici eu nu aş fi putut rezista tentaţiei de a continua să mă folosesc de dragostea şi de bunătatea lor pentru a-mi mângâia durerea. Asemenea puilor de vultur, eu n-aş fi părăsit zona mea de confort, ceea ce ar fi condus la o frustrare şi mai intensă, pentru că nu aş fi putut niciodată experimenta o libertate autentică.

Limite ferme

Pentru a trece la acţiunea de „scuturare a cuibului meu" şi pentru a mă ajuta să părăsesc iluzia şi stilul de viaţă dependent, echipa de consilieri mi-au fixat în schimb limite ferme, dar foarte necesare. Fiona şi Anna nu s-au retras complet, şi Dumnezeu a folosit felul lor amabil, matern de a fi pentru a menţine în mine conexiunea cu nevoia mea nesatisfăcută de dragoste maternă. (Dacă ele s-ar fi retras complet ar fi existat pericolul ca eu să reprim din nou acea nevoie a mea şi să revin la starea anterioară de a funcţiona ca o maşină, încercând pur şi simplu să le fac din nou altora pe plac.)

Aşa că ele au continuat să lucreze cu mine, dar erau însoţite şi de alţi consilieri, Ian şi Val, care erau persoane noi pentru mine şi pe care nu-i vedeam ca figuri parentale. S-a pus o nouă condiţie, şi anume că aveam să fiu văzută fie de Fiona, fie de Anna, la fiecare dintre vizitele mele la Grange, dar fiecare dintre ele urma să fie însoţită de unul din consilierii cei noi.

Vizitele mele la Ellel Grange au fost scurtate dramatic, iar durata fiecărei vizite era de câte două zile. Între vizite rămâneam în legătură fie cu Ian, fie cu Val.

Iniţial, când mi-au fost impuse limitele, am simţit o uşurare profundă că oamenii aceştia nu mă lăsau baltă. Dependenţa mea relaţională a ieşit la iveală, însă ei continuau să creadă că exista o cale pentru libertatea mea veritabilă. Şi, în ciuda izbucnirilor mele iraţionale, pline de furie, ei continuau să fie dispuşi să facă tot ce puteau pentru a mă sprijini, chiar dacă într-un mod diferit de acum înainte, şi au crezut în Dumnezeu şi în mine, au crezut că exista o cale prin toată această perioadă, fie şi una care mi-ar fi părut înspăimântătoare. Ştiam că nu meritam să mi se arate atâta grijă şi de aceea le-am fost adânc recunoscătoare.

Oricum, pe măsură ce realitatea ieşea la iveală, această perioadă s-a dovedit a fi atât cea mai rea, cât şi cea mai benefică perioadă a călătoriei mele spre vindecare. A fost cea mai rea perioadă pentru că, deşi categoric nu fusesem abandonată, mă *simţeam* intens abandonată. Şi a fost cea mai benefică perioadă pentru că era cheia ce ducea la victoria finală spre eliberarea mea autentică.

Testarea limitelor

După ce-au fost stabilite respectivele limite, iluzia mea nu a fost distrusă instantaneu, iar dependenţa nu s-a rezolvat cu uşurinţă.

În cursul şedinţelor ulterioare de consiliere, din interior încercam în continuare să le folosesc pe Fiona şi pe Anna pentru a-mi alina durerea. Însă atunci când întrebam ceva de genul: „Sunt specială?", deveneau mult mai directe în felul în

care îmi răspundeau. Îmi spuneau ceva de genul: „Da, eşti specială, şi la fel sunt şi Ian, şi Val, şi John, şi Tom, şi Beth." În felul acesta, refuzau să-mi alimenteze dependenţa cu ceva fals şi, totodată, mă determinau să mă adresez cu nevoia mea reală la Dumnezeu, Cel Care lucrase până în acel punct vindecarea din mine şi Cel Care avea să-mi aducă mângâierea şi vindecarea supremă.

Când am ajuns la un anumit nivel, lucrul acesta mi s-a părut deosebit de dificil. Mă simţeam furioasă, respinsă şi rănită. Ei nu-mi mai spuneau: „Dumnezeu ne-a trimis să te ajutăm. Te iubim. Eşti specială pentru noi." Îmi arătaseră deja toate aceste lucruri, dar eu nu dorisem să accept acest adevăr, crezând că dacă o făceam, aveam să-i pierd. Acum, îmi doream să-i resping. Dacă nu însemnau totul pentru mine, nu doream să mai însemne nimic!

Însă ei m-au încurajat: „Într-o bună zi vei fi capabilă să alegi dacă vrei să petreci timpul cu noi sau nu. Nu vei mai pretinde «totul sau nimic». Vom fi doar prieteni – prieteni normali." Îmi doream asta, dar nu-mi puteam imagina că era posibil aşa ceva vreodată.

În ciuda răspunsurilor mele pline de mânie, în adâncul meu eram atât de recunoscătoare pentru faptul că echipa nu-mi permitea să-i manipulez şi nu-mi mai oferea răspunsul pe care-mi doream eu să-l aud. La fel ca întotdeauna, ei nu-mi ofereau ceea ce-mi *doream* eu, ci ceea ce aveam *nevoie*.

Oricare ar fi fost consilierii cu care mă întâlneam, ei nu s-au temut niciodată să mă confrunte cu gândirea mea iraţională şi întotdeauna au făcut asta într-un mod amabil, onest şi corect. „Sarah", îmi spuneau ei, „uită-te ce faci. Aceasta este durerea pe care nu vrei s-o atingi, şi continui mereu s-o reprimi." Instantaneu mă înfuriam pe ei şi pe mine şi încercam să neg totul, din nou, dar ei îmi spuneau: „Nu nega. Asta e realitatea. Aceasta eşti tu. Lasă-L pe Dumnezeu să vină la tine, în acest loc al durerii."

Biblia spune:

> Întotdeauna, orice disciplinare este mai degrabă dureroasă decât plăcută, dar, mai târziu, cei care au fost disciplinaţi prin ea adună rodul paşnic al dreptăţii.
>
> (Evrei 12:11)

Aceasta a fost experienţa mea. În final, tocmai acele perioade de disciplinare plină de dragoste, pe care le-am considerat atât de dificile pe moment, au fost cele care m-au ajutat în cea mai mare măsură.

Asumarea responsabilităţii pentru copilul din interior

Fiona şi cu Anna ştiau că investiseră dragostea care era atât de necesară pentru a-mi satisface nevoia reală din mine şi din această cauză au putut rămâne ferme în refuzul lor de a-şi asuma responsabilitatea pentru nevoia falsă (de o mamă surogat). Au refuzat să-mi alimenteze iluzia pe care mi-o creasem în subconştient. Şi, pentru că ele procedau astfel, eu am intrat într-o bătălie de a-mi asuma singură responsabilitatea pentru copilul meu din interior.

Mă îndreptam spre punctul în care să-mi înfrunt adevărata durere, nu pe cea provocată de refuzul mângâierii surogat pe care mi-o doream, ci durerea reală de a fi suferit un abandon emoţional total în copilărie, durerea faptului că nu beneficiasem niciodată de grija şi de mângâierea pe care ar fi trebuit să le primesc din partea mamei mele când am fost abuzată cu brutalitate de tata.

Încercasem să ucid adevărul efectului devastator pe care-l avusese asupra mea cruzimea părinţilor mei. Încercasem să mă separ de el şi să-l reprim. Îmi construisem o iluzie şi căutam o consolare falsă. Toate acestea fuseseră modalităţile mele de a face faţă problemei, dar niciuna nu reprezentase răspunsul corect. Proverbe 14:12 şi 16:25 spun că:

> Există o cale ce pare dreaptă omului, dar la urmă duce spre moarte.

Şi era adevărat. Modul care mi se păruse mie corect nu mă condusese deloc spre libertate şi nici nu-mi oferise abilitatea de a intra în viaţă. Nu mai aveam unde să mă duc, însă Dumnezeu mă chema răbdător la El şi la calea Lui. Iată cum mi-am descris lupta în jurnal (porţiunile italice reprezintă afirmaţiile „copilului interior"):

Din interior, îmi ridic glasul, înşfac, doresc, îmi doresc ceea ce au alţii. Nu contează ce este acel ceva – casa lor, slujba lor, relaţiile lor, talentele lor – mi-l doresc, haţ, haţ, haţ!... Fiinţă interioară nenorocită! Dumnezeu spune: „Eşti rea şi nespus de înşelătoare!" Şi chiar aşa şi *eşti*! Taci! Fii bună! Fii drăguţă! Trebuie să arăţi bine!

Vreau dragoste! Vreau dragoste! Vreau dragoste! Haţ! Ia!

Ok, ascultă la mine. O să încerc să fiu drăguţă cu tine. O să-ţi acord două minute. O să-mi cobor puţin tonul. Asta vrei?

Vreau să simt mângâierea Mămicii mele. Vreau să o ating. Vreau să-i simt părul. Vreau să-i ating faţa. Nu mă zdrobi. Te rog, ascultă-mă. Lasă-mă să fiu eu, aşa cum sunt.

Oh, Isuse, asta sunt eu. Ăsta e adevărul cu privire la fiinţa mea interioară. Îmi însuşesc mereu şi mereu tot felul de lucruri. Nu cred că iubesc cu adevărat. Pur şi simplu îmi doresc dragostea lor. Îmi doresc atingerea lor. Caut pe cineva care să se poarte foarte frumos cu mine, să facă totul să fie bine. Îmi pare aşa de rău, Isuse. O slujbă, o poziţie socială, un loc în afecţiunea altcuiva, cineva pe care să-l pot învinovăţi, o compensaţie oarecare, un mod de a echilibra totul şi de a face ca totul să aibă sens, să fim chit, să îndrept toate lucrurile.

Şi Tu stai aici – aşteptând, aşteptând – să auzi adevărul interior, durerea, furia, realitatea interioară... a mea.

Isuse, îmi pare atât de rău. Te rog, ajută-mă să vin la Tine aşa cum sunt eu cu adevărat. Pe Tine nu te şochez. Tu nu mă urăşti. Tu nu mă dezaprobi. Tu nu mă condamni. La tine este plinătatea bogăţiei dragostei şi acceptării, îndurare, Tu ai braţele larg deschise pentru mine – cea care este înfometată şi înşfacă dragostea altor oameni, cea care este supărată şi plină de amărăciune şi e gata să răbufnească şi să pedepsească şi să facă pe cineva să plătească, eu cea care sunt invidioasă şi plină de resentimente şi care clocotesc. Totul e atât de urât.

Dar în exterior, păcatul este chiar şi mai rău. Încerc să acopăr totul şi să fac totul bine, mă prefac, mă prefac, execut, execut. Şi Ţie nu-Ţi place asta, nu pentru că ai fi dezgustat de mine, ci pentru că Te împiedic pe *Tine* să vii la *mine* cu dragostea Ta, cu vindecarea Ta, cu protecţia, mângâierea şi compasiunea Ta.

Doamne, eu nu pot schimba această natură autoprotectoare, de autoconservare, plină de ură de sine şi de asprime. Doamne, *Tu* eşti atotputernic – *Tu* poţi lucra această schimbare în mine. Te rog, vino şi frânge-mi mândria. Dă-mi smerenia de a fi cea care sunt cu adevărat – persoana mea interioară – să vin la Tine şi să primesc dragostea de care am nevoie.

Acesta era strigătul inimii mele.

Teama de a rămâne singură cu durerea mea

Aceasta era valea pe care mi-o arătase Dumnezeu şi prin care trebuia să trec eu personal, împreună cu El, după promisiunea Lui că urma „să ies din pustie sprijinindu-mă de iubitul meu" (Cântarea Cântărilor 8:5).

Îmi era îngrozitor de frică să rămân singură cu durerea mea. Pe când eram copil rămăsesem singură atunci când suferisem enorm de multă durere, dar acum învăţam că, dacă nu puteam fi singură cu Dumnezeu în durere, ca adult, nu aveam să experimentez niciodată libertatea şi plinătatea vindecării pe care El dorea să le aducă în viaţa mea.

Cum am abordat o cale nouă

Ori de câte ori simţisem dorinţa de dragoste şi durerea ca Fiona şi Anna să mă mângâie, obişnuisem fie să-mi reprim aceste dorinţe şi să le reduc la tăcere, fie să apuc în direcţia opusă şi să pretind în mod isteric contactul cu ele. Dar, treptat, am devenit conştientă de Duhul Sfânt din mine Care mă conducea şi mă ajuta să răspund diferit. Am început să înţeleg că nu eram abandonată şi singură, cum crezusem. Dumnezeu era cu mine, ajutându-mă să accept adevărul despre cine şi cum eram. Iată cum mă rugam:

Doamne, iată cum sunt eu:
De mică mi-am dorit dragoste şi mi-o doresc şi acum.
Mi-o doresc într-un mod în care şi-o doreşte un copil mic.
Vreau să mă întorc în timp şi să am din nou parte de ea, dar într-un mod diferit,
aşa cum ar fi trebuit să fie.
Şi, de aceea, încerc să fac din Fiona şi din Anna ceva ce ele nu pot fi.
Iată ce fac.
Iată-mă aşa cum sunt.
Am nevoie de ajutorul Tău.
Nu pot schimba nimic.
Nu mă pot opri în interior să nu-mi mai doresc să „rezolv" eu totul.
Dar, Doamne, mă încred cu adevărat în Tine.
Te rog, Doamne, ajută-mă să mă schimb.

Te rog, ajută-mă să Te las pe Tine să-Ţi faci lucrarea în mine, încât Tu să poţi aduce schimbarea, iar eu să nu mai tot strig după „rezolvarea" mea.

Nu a fost uşor, şi au existat multe momente când reveneam la a mă separa de locul plin de nevoi din mine, şi atunci când eram din nou brusc copleşită de dorinţa de mângâiere, eram cu totul derutată.

În acele momente vorbeam cu Val, iar ea mă ajuta să înţeleg ceea ce făcusem, punându-mi întrebări de genul: „Te-ai deconectat de eul tău interior? Ţi-ai reprimat sentimentele?" Şi atunci mă întorceam din nou la Dumnezeu, cu rugăciuni asemănătoare celei de mai sus.

Uneori făceam doi paşi înainte şi unul înapoi, şi adesea eram gata să mă las păgubaşă. Dar cu toate că atunci nu-mi dădeam seama, lucrurile se schimbau. În loc să-mi găsesc siguranţa prin reprimarea nevoii pe care o aveam şi prin încercarea de a fi „perfectă", sau prin ataşarea excesivă de Fiona şi de Anna, începeam încet-încet să accept realitatea cu privire la mine şi la cine eram eu cu adevărat.

Acceptam realitatea că existau în mine domenii ale slăbiciunii, ale durerii şi ale păcatului care nu erau separate, ci parte integrantă din mine ca persoană deplină. Şi învăţam să alerg la Dumnezeu pentru mângâierea Lui atunci când îmi simţeam durerea şi nevoia.

CAPITOLUL 12

Relaţii şi intimitate

Dumnezeu acţiona în fiinţa mea. În loc să mă resping, să mă urăsc şi să mă pedepsesc, învăţam să mă accept pe mine însămi, ceea ce însemna să-mi accept trecutul ca parte a ceea ce sunt. Aceştia au fost paşi semnificativi înainte şi au avut un efect deosebit de pozitiv în viaţa mea de zi cu zi.

Pretenţiile isterice pe care le aveam de la Fiona şi de la Anna au devenit tot mai rare, iar din cauza faptului că nu mai eram dependentă de încercările mele de a-mi înăbuşi durerea şi de a afişa o imagine falsă, obsesia mea de a îndeplini tot felul de sarcini casnice şi-a pierdut din iminenţă. Am început să pot susţine privirea vânzătorilor de la casele de marcat din supermarketuri şi să stau de vorbă cu oamenii de la biserică, mult mai relaxată.

Acesta era un rod benefic, iar când m-am întors la Ellel Grange, am început să căutăm modalităţi prin care puteam clădi mai departe pe aceste achiziţii.

Aventurarea înainte

Ellel Ministries deţine patru centre în Marea Britanie; unul dintre ele, Glyndley Manor, se află pe coasta de sud şi este mult mai aproape de locuinţa mea. Fiona mi-a sugerat să mă gândesc să particip acolo la cursurile Şcolii Modulare. Aceasta presupunea o serie de 10 cursuri de weekend, pe parcursul unui an de zile, cursuri la care urmau să se întâlnească acelaşi grup de oameni în câte un sfârşit de săptămână pe lună.

Învăţătura urma să-mi fie utilă, dar mai important decât asta era faptul că îmi oferea ocazia de a clădi relaţii cu alte persoane.

La început m-am opus vehement acestei idei. Vechea mea teamă de oameni răbufnea la suprafaţă: Ce vor gândi oamenii aceia despre mine? Cum să mă prezint? Nu puteam spune: „Sunt Sarah, profesoară, asistentă medicală sau consilier...", pentru că nu eram nimic din toate astea! Şi ce dacă oricine altcineva putea spune ceva de genul ăsta?

Se dădea o luptă în mine, dar în cele din urmă, ştiind că acesta era următorul pas pe care Dumnezeu mă îndemna să-l fac, m-am înscris la Şcoala Modulară. Am întrebat dacă aş putea avea un dormitor doar pentru mine, în fiecare sfârşit de săptămână. Gazdele cursului au spus că vor face tot ce pot pentru mine, dar că nu avea să fie întotdeauna posibil.

Acest lucru m-a îngrijorat, la fel şi gândul prezentărilor inevitabile care urmau să aibă loc în prima seară a primului weekend. Voiam să pot spune doar atât: „Sunt Sarah!", fără să-mi doresc să mă ascund în spatele unei profesii. Ştiam că nu eram capabilă de una ca asta; ştiam că voi avea emoţii şi că voi avea obrajii roşii ca focul, ceea ce urma să mă stânjenească în plus, dar m-am rugat ca până la sfârşitul anului să ajung să mă simt cu adevărat confortabil cu a fi eu însămi şi nimic mai mult.

În fiecare lună, în timp ce porneam spre Glyndley Manor, mă rugam fierbinte să am o cameră pe care să n-o împart cu nimeni. Spre uşurarea mea, aşa a şi fost, şi cu fiecare ocazie ce mi se ivea între sesiunile de curs, mă retrăgeam în solitudinea şi siguranţa acelei camere.

Dar între weekendul al treilea şi cel de-al patrulea, Dumnezeu mi-a reamintit că motivul fundamental pentru care participam la această serie de cursuri era tocmai acela de a face paşi importanţi în direcţia ieşirii mele din izolare. Ştiam că trebuia să iau câteva decizii care să contravină tendinţei mele fireşti. Aşa că am sunat la sediul unde urma să fim cazaţi în timpul următorului curs de weekend şi am cerut să fiu cazată într-o cameră cu mai multe paturi. Am ajuns devreme, sperând să fiu prima, ca să nu fiu nevoită să intru într-o cameră plină de oameni care ajunseseră înaintea mea, şi sperând că voi putea să-mi aleg patul cel mai îndepărtat. Când am intrat în camera

în care fusesem repartizată, am văzut că avea cinci paturi. Imediat, mi-a adus aminte de perioada când mă aflasem la spitalul de psihiatrie. Inima îmi bătea tare, dar când au ajuns şi celelalte femei, am încercat să-mi ascund teama şi, când au început să povestească între ele, m-am mai relaxat. Erau femei drăguţe şi treptat m-am alăturat conversaţiei lor.

Pe măsură ce participam la cursuri, am observat că fiecare dintre noi se afla într-o călătorie anume. Unii dintre oamenii din jur împărtăşeau o mulţime de informaţii cu privire la problemele cu care se confruntau în viaţă, iar alţii împărtăşeau foarte puţin. Oricum era bine şi mi-am dat seama că nu trebuia să dau explicaţii nimănui. Dumnezeu îmi oferea noi ocazii în care să învăţ să fiu „doar eu însămi".

Am încetat să mai fug în dormitor când venea pauza de cafea şi mă alăturam celorlalţi cursanţi, fie în foaier, fie pentru a ne plimba prin împrejurimile minunate. În cele din urmă, mi-am dat seama că mă schimbasem cu 180 de grade atunci când, în loc să mă simt uşurată că venise timpul să plec acasă, am început să mă simt tristă că trebuia să-mi iau „rămas-bun" de la noii mei prieteni.

O vacanţă cu familia

În timpul în care participam la cursurile Şcolii Modulare, aproape fără niciun avertisment, John a fost concediat de la serviciu, după ce lucrase pentru acea companie aproape 30 de ani. Vestea aceasta a venit ca o bombă pentru noi, iar pe el l-a lăsat năucit. La acea oră, Tom avea 19 ani şi era la universitate, dar locuia încă la noi, iar Beth avea 17 ani şi era pe punctul de a pleca de-acasă pentru a se duce la facultate.

John începu să mediteze la toate lucrurile prin care trecuserăm, ca familie, în ultimii 8 ani. În timp ce se gândea la copiii noştri, care nu mai erau copii, şi că exista probabilitatea ca ei să nu mai locuiască mult timp acasă, şi-a dorit să folosească banii, pe care-i primise pentru disponibilizarea sa, pentru o vacanţă de familie, genul de vacanţă pe care-l faci o dată în viaţă. Întotdeauna îşi dorise să meargă în Australia. Tom şi Beth erau la rândul lor şi ei nerăbdători să meargă, aşa că m-a întrebat şi pe mine dacă credeam că puteam face faţă unei călătorii atât de solicitante. Pentru mine avea să fie o

întreprindere de proporţii, dar m-am rugat pentru asta şi, în ciuda temerilor mele, am ştiut că era în regulă să spun „da".

Am fost plecaţi trei săptămâni şi jumătate şi, în acest timp, acea zonă vulnerabilă şi plină de nevoi din interiorul meu a fost bine ascunsă. Au existat momente când am fost nervoasă, dar nu am mai avut niciun răspuns imatur, copilăresc, nu am mai avut nici dorinţa de dragoste şi nici atacurile de panică, răbufnite înainte din „copilul interior".

În parte, cred că acest lucru s-a datorat faptului că acum eram stăpână peste acest loc nesigur din interiorul meu şi nu-l mai reprimam. Nu mai era întemniţat şi blocat, ci exista o conexiune între acel loc şi viaţa mea, o legătură între interior şi lumea de afară. Faptul că eram capabilă să particip la această vacanţă a fost rodul puterii desfăşurate de Dumnezeu în interiorul meu, care acum trăia împreună cu „eul meu adult din exterior."

Cred că Dumnezeu, în îndurarea Sa, mi-a păzit totodată şi acel „loc interior" unde exista în continuare ruşine şi neîncredere, la fel cum mi-a păzit şi toate părţile mele fragmentate, astfel încât să putem avea acel timp extrem de preţios împreună ca familie.

În cea mai mare parte a vieţii lui Tom şi Beth, eu fusesem o persoană disfuncţională, iar ei crescuseră învăţând să umble pe vârful picioarelor prin preajma mea şi a problemelor mele. A fost un miracol faptul că nu s-au răzvrătit şi nu au luat-o razna, şi că nu s-au întors împotriva mea. Nu pot decât să cred că a fost mâna lui Dumnezeu peste noi toţi şi statornicia lui John, care ne-au ţinut împreună într-o vreme atât de plină de tulburări, până în punctul în care am fost în stare să petrecem un concediu important toţi împreună, ca o familie unită. John, Tom şi Beth nu au fost nevoiţi să simtă că luaseră cu ei o soţie şi o mamă semi-funcţională. În schimb, am avut parte de un timp special şi semnificativ, în toate privinţele şi sensurile ca o „familie normală".

Acum avem amintiri scumpe din momentele când am înotat împreună la Marele Recif de Corali şi când am văzut peşti tropicali şi corali uimitori, când ne-am trezit într-o dimineaţă îngrozitor de devreme pentru a vedea soarele răsărind peste Ayer's Rock, şi când ne-am urcat, cu o altă ocazie, într-unul din turnurile podului Sydney Harbour,

admirând priveliştea fantastică ce se desfăşura sub noi. Suntem atât de recunoscători lui Dumnezeu pentru faptul că, în ciuda vremurilor grele, putem privi înapoi şi ne putem aminti unele momente extraordinare pe care le-am petrecut împreună ca familie.

Problema intimităţii

Atunci când am făcut iniţial rezervarea pentru această vacanţă, cea mai mare teamă a mea au fost aranjamentele legate de dormit. Am închiriat camere cu două paturi separate pentru mine şi John în fiecare din locaţiile unde am locuit. Înainte de plecare, instinctul meu a fost mereu să sun şi să verific, iar şi iar, că ni se rezervase o cameră cu două paturi separate, şi nu una cu pat matrimonial, dar ştiam că Dumnezeu avea să folosească acest timp pentru a mă ajuta să abordez şi problema intimităţii mele cu John. Aşa că, în loc să tot dau telefoane la agenţia noastră de turism, I-am promis lui Dumnezeu că dacă urma să primim o cameră cu pat matrimonial în oricare din locaţii, eram gata să dorm în acea cameră împreună cu John.

În trei din cele patru hoteluri unde am stat, ni se rezervase câte o cameră cu pat matrimonial. De îndată ce le vedeam, mă cuprindea frica, dar pentru că ştiam că trebuie să-mi respect cuvântul, să am încredere în Dumnezeu şi să-l onorez pe John, nu mi-am încălcat promisiunea făcută. Trebuie să spun că la început am dormit toată noaptea ţinându-mă strâns de marginea patului, încât aproape cădeam din pat. John a fost incredibil de răbdător cu mine, şi puţin câte puţin, m-am relaxat.

Când ne-am întors acasă, după o lună aproape, ştiam în inima mea că nu ar fi corect să mă întorc să dorm în vechiul meu dormitor tot singură, aşa că m-am mutat în dormitorul nostru comun. Nu asta era ceea ce-mi doream eu, la nivelul sentimentelor. La acest nivel, mi-era teamă de intimitate. Nici măcar nu puteam pronunţa cuvântul „sex". Mi se părea atât de ordinar şi de murdar. Dar ştiam că nu puteam lua decizii pe baza a ceea ce simţeam. Trebuia să am încrederea că dacă făceam ceea ce ştiam că-mi spune Dumnezeu în inima mea, şi dacă îi dădeam lui John cinstea ce i se cuvenea, sentimentele mele aveau în cele din urmă să se regleze.

Pot spune cu sinceritate că în decursul timpului, odată cu deciziile corecte pe care le luam şi prin răbdarea, înţelegerea şi dragostea pe care le-a arătat John faţă de mine, Dumnezeu a făcut ceea ce cândva credeam că era cu totul imposibil. Mi-a luat teama de intimitate, sentimentele şi atitudinea care au fost cândva atât de întinate au devenit normale şi sănătoase, iar în prezent sunt complet liberă în ce priveşte sexualitatea mea.

CAPITOLUL 13

În mâinile Tatălui

Parcurgând cărarea ce m-a condus la eliberarea de boala mea psihică, am urcat de fapt un munte cu Dumnezeu, alături de John şi de consilierii mei. Mă gândisem întotdeauna că, atunci când voi ajunge în vârf, voi avea o perspectivă cu totul nouă – perspectiva lui Dumnezeu – în locul vechilor mele convingeri şi a vinovăţiei mele, a fricii şi a nesiguranţei care mă ţinuseră legată. Dar am descoperit în perioada acestei călătorii că, oricât de mult m-aş fi concentrat eu asupra rezultatului final al „vindecării", Dumnezeu era interesat de călătoria în sine şi de ceea ce săvârşea El în tot acest timp.

El nu numai că mi-a descoperit părţi ascunse din mine şi mi-a arătat cine sunt, dar în acelaşi timp Şi-a revelat natura şi caracterul Său şi mi-a arătat totodată cine este El.

Cu ajutorul lui John şi al copiilor, al Fionei şi al Annei şi al restului echipei, El mi-a arătat cum este dragostea Sa necondiţionată: îndurătoare şi plină de har faţă de mine. Este răbdătoare, bună, blândă, iertătoare şi perseverentă. Inima Sa bate în întregime *pentru* binele meu absolut. Şi cu iubirea Lui mi-a reclădit încrederea zdruncinată, astfel încât am putut în cele din urmă să cred în dragostea Lui şi să o primesc în inima mea.

Unde este siguranţa mea?

Au existat tot felul de cârje de care m-am sprijinit în timp ce urcam muntele, şi am avut ajutoare pe care El mi le-a oferit atunci când am avut nevoie de ele. Au existat speranţe şi vise

de viitor pe care le-am descoperit, inclusiv dorinţa de a-i ajuta pe alţii care vin din contexte similare.

Însă Dumnezeu mă conducea spre un moment şi un loc unde El urma să-mi ceară să mă lepăd de orice m-aş fi agăţat pentru a găsi siguranţă şi, fără să mai cer nicio altă garanţie, să sar în gol, de pe munte, în braţele Lui. Una ca asta nu-mi trecuse niciodată prin cap! Dar El mi-a arătat că însuşi drumul spre vindecarea în sine îmi întărise sentimentul de siguranţă, iar El dorea să mă desprind de orice siguranţă falsă.

A fost ca un şoc pentru mine. Aveam sentimentul că Dumnezeu era crud şi m-am luptat cu ideea asta multă vreme. În cele din urmă, am găsit următorul verset în Biblie:

> Fiindcă dragostea este puternică precum moartea,
> iar ardoarea ei este neînduplecată precum Locuinţa Morţilor;
> flăcările ei sunt flăcări de foc, flăcări mistuitoare!
>
> (Cântarea Cântărilor 8:6)

Am început să înţeleg două lucruri: unu, că Dumnezeu ne iubeşte pe fiecare dintre noi atât de mult, încât e gelos şi-Şi doreşte primul loc în vieţile noastre, şi doi, că El doreşte ca noi să cunoaştem libertatea şi pacea de a nu fi nevoiţi să depindem de nimic altceva, ci pur şi simplu să ne încredem în El.

Mă simţeam ca şi când aş fi stat pe marginea unei prăpăstii, dorindu-mi să fiu complet dependentă de El, să-I îngădui să fie Tatăl meu atotsuficient, dorindu-mi să cred că braţele Sale eterne mă vor prinde atunci când urma să sar. Dar de fiecare dată când luam aer în piept şi spuneam: „BINE, Doamne, o să mă încred total în Tine", mă simţeam năpădită de întrebări fără răspuns: „Dacă fac asta, înseamnă că nu o să mă mai întorc niciodată la Ellel Grange... că nu o să-i mai văd niciodată pe oamenii ăştia pe care-i iubesc?"; „Nu o să mai am nicio şedinţă de consiliere?"; „Va trebui să-mi găsesc ceva de lucru?"; „Cum va fi viaţa mea?"; „Cum rămâne cu durerea şi furia pe care încă le mai simt?" Atunci când mă copleşea frica, făceam repede un pas îndărăt de la marginea prăpastiei.

M-am luptat intens să renunţ la cârjele mele, inclusiv la compulsiile de care continuam să mă agăţ şi care mă făceau să mă simt cumva în siguranţă, să renunţ în sfârşit chiar şi la durerea profundă din viaţa mea şi să I-o încredinţez lui Dumnezeu. El îmi cerea să Îi predau Lui totul şi să mă odihnesc pur şi simplu în *a fi* cea care mi-a arătat El că sunt, copilul *Său* cu o identitate proprie şi unică, cu plăcerile şi neplăcerile mele, cu punctele mele tari şi slabe, cu bucurii şi dureri... şi să mă odihnesc în dragostea Lui.

Dumnezeu nu mi-a cerut să mă arunc de bunăvoie în braţele Lui în momentul în care mi-am început călătoria de la poalele muntelui. A aşteptat până când a terminat de rezidit ceea ce îmi fusese zdrobit şi furat din fiinţa mea. M-a condus cu blândeţe şi răbdare până în acest punct, şi apoi a aşteptat. Totuşi în natura mea umană am protestat pentru că aveam impresia că-mi cere prea mult.

Eram ca un fluture într-o crisalidă. Viaţa cea nouă mă îmboldea şi mă luptam să mă desprind de vechea mea viaţă, care pentru un timp reprezentase toată siguranţa mea. Şi cu toate astea, în mijlocul luptei, la fel cum aripile fluturelui prind putere să zboare, încrederea mea creştea.

Saltul în braţele Celui veşnic

În iulie 2006, în timpul unei vizite făcute la Ellel Grange, Duhul Sfânt al lui Dumnezeu m-a adus într-un loc unde eram în sfârşit gata să eliberez durerea, nedreptatea şi furia care fuseseră atât de multă vreme închise în „fetiţa" din mine. Nu mai voiam să separ sau să reprim absolut nimic. Voiam să vin la Dumnezeu cu *tot* ceea ce eram.

Am ieşit afară, cu o coală mare de hârtie şi câteva borcane mari cu vopsea, am îngenuncheat pe peluză şi era de parcă vedeam aievea crucea în faţa mea. Fiind conştientă de ceea ce făceam, acceptându-mi cele mai adânci sentimente şi lăsându-mă cu totul în voia lor, mi-am acoperit mâinile cu vopsea şi am început să-mi aştern sentimentele pe hârtie: sentimente de amărăciune, resentimente, furie, ură, gânduri ucigaşe şi de răzbunare. Cu fiecare strigăt pe care-l resimţeam în interior, îmi aplicam o mână sau cealaltă şi, uneori, amândouă mâinile pe hârtie, întinzând pe coala de hârtie vopseaua neagră amestecată cu cenuşiu şi cu verde. Îmi curgeau lacrimi pe obraji, iar intensitatea emoţională a momentului creştea mereu.

În sfârşit, mi-am exprimat cele mai întunecate şi mai

negative emoţii pe care le reprimasem până în acel moment, ultimele vestigii a ceea ce păruse cândva a fi o fântână fără fund de emoţii negative. Era ca mâlul ce rămâne pe fundul găleţii.

Când am terminat, în faţa mea se aşternea un vălmăşag negru, ud şi cleios pe coala de hârtie, pe iarbă şi pe mine. Ştiam că toată harababura din faţa mea era reprezentativă pentru dezordinea din interiorul meu, însă, prin puterea Duhului Sfânt din mine, reuşisem s-o scot afară şi să-mi găsesc odihna la picioarele crucii.

Am simţit un sentiment intens de uşurare şi de recunoştinţă pentru faptul că Dumnezeu Îl trimisese pe Isus ca eu să pot face asta. Mă simţeam împăcată, având deplina convingere că, atunci când mă voi întoarce acasă după această vizită, *Dumnezeu* avea să umple locul gol din interiorul meu cu dragostea Sa.

În cele din urmă am reuşit să ajung la starea în care să nu mă mai prefac şi în care nu mai alergam la nimeni altcineva pentru a-mi satisface nevoia. Sărisem de pe munte, încrezându-mă în dragostea Lui, că ea va umple golul din interiorul meu, care îmi lăsase întotdeauna senzaţia că nu poate fi satisfăcut.

Odihna în braţele Celui veşnic

Când am mers acasă a doua zi, am vrut să mă întorc imediat la vechiul meu obicei de a mă ţine ocupată, însă Dumnezeu îmi cerea să încetez să mai „fac", ci doar să „fiu", să petrec timp cu El, să mă odihnesc şi să descopăr lucruri care *îmi plăcea* să le fac, şi nu lucruri pe care simţeam că *trebuie* să le fac.

Era vară, aşa că-mi petreceam o mare parte din timp stând în grădină, odihnindu-mă, citind şi cosând goblen. A trebuit să rezist sentimentelor că aş fi egoistă şi leneşă şi falsei vinovăţii care mă copleşea. Dar Dumnezeu mă învăţa: „Nu eşti o maşinărie! E în regulă să fii Sarah şi să te bucuri că eşti Sarah!"

Până la sfârşitul verii, pentru prima oară în viaţa mea, chiar savuram odihna şi „statul" pur şi simplu. De fapt, simţeam o uriaşă uşurare după o viaţă de strădanie care devenise în aşa mare măsură parte a identităţii mele. Mi-am dat seama cât de dificil fusese să ţin ascunse toate lucrurile cu care nu dorisem

să mă confrunt şi cât de eliberator era să I le încredinţez lui Dumnezeu.

Dumnezeu aducea un echilibru sănătos în viaţa mea. În sfârşit, începeam să fiu eu însămi, pur şi simplu, copilul Său, odihnindu-mă în braţele Lui.

Dumnezeu îmi uneşte toate părţile fragmentate

Trei luni mai târziu, în timpul următoarei mele vizite la Ellel Grange, a avut loc în sfârşit unirea părţilor mele fragmentate. Mă temusem întotdeauna de modul în care avea să se întâmple acest lucru, ce anume se aştepta de la mine şi cum urma să mă simt fiind din nou o persoană întreagă. Dar ceea ce am experimentat a fost un sentiment foarte intens de uşurare prin îmbrăţişarea „fetiţei" în „eul meu adult", aşa încât am fost gata să îmbrăţişez în egală măsură toate părţile mele fragmentate. Dumnezeu (şi consilierii mei) fusese incredibil de răbdător aşteptând momentul în care eu urma să-mi *doresc*, în sfârşit, să fiu o persoană întreagă.

Nu ştiam cum urma să facă Dumnezeu lucrul acesta. Ştiam doar că nu-l puteam face singură şi că trebuia să mă bazez în exclusivitate pe El. Echipa s-a rugat, cerându-I lui Dumnezeu să-Şi facă lucrarea Sa de a-mi maturiza fiecare dintre părţile mele fragmentate şi de a mă uni ca o persoană întreagă.

Îl simţeam cum mă asigura fără contenire, repetându-mi cu blândeţe, iar şi iar, cuvintele din 1 Ioan 4:18: „Dragostea desăvârşită alungă frica." În timp ce-mi însuşeam cuvintele acestea, temerile mele fireşti s-au liniştit şi am simţit o mare uşurare şi un sentiment adânc de pace autentică. A fost un timp ciudat de liniştit, cu toate că reprezenta punctul culminant al unei călătorii monumentale, de 10 ani, de la iminenţa morţii la plinătatea vieţii.

Mai întâi au fost unite între ele părţile mai tinere şi, în cele din urmă, aceste părţi au fost unite cu Sarah 18. Cu toate că „eul meu adult" nu putea să o vadă fizic pe Sarah 18, cu ochii închişi o vedeam în mintea mea. Era ca şi când am fi stat amândouă faţă în faţă, cu o afecţiune adâncă una pentru cealaltă, zâmbindu-ne timid. Amândouă ştiam fără nicio îndoială că Duhul Sfânt al lui Dumnezeu era chiar acolo, împreună cu noi. Ne-am întins braţele una spre cealaltă

îmbrăţişându-ne şi, în timp ce am păşit una către alta şi ne-am cuprins în braţe, Duhul Sfânt ne-a contopit şi am devenit una singură.

Am simţit o tărie instantanee cum nu mai simţisem niciodată până atunci. Fiona s-a rugat folosind cuvintele din Matei 19:6: „Ceea ce Tu ai unit, Doamne, omul să nu despartă", iar în minte mi-au venit cuvintele lui Dumnezeu: „puternic şi sigur".

Acum toate părţile mele frânte erau una singură, iar eu eram „puternică şi sigură". Ştiam că nu voi mai fi frântă niciodată.

Iniţial, în linişte, gândurile mele s-au concentrat asupra lucrului magnific pe care îl săvârşise Dumnezeu printr-o rugăciune simplă, într-un timp de doar câteva minute. El făcuse ceea ce nimeni altcineva nu ar fi putut face. Cu câţiva ani înainte, doctorul Searle confirmase acest lucru. Cine ar fi putut lua un boboc de trandafir ale cărui petale fuseseră smulse şi risipite care încotro, şi apoi să-l restaureze şi să-l refacă, astfel încât să formeze floarea puternică, având acea textură de catifea, întreagă şi parfumată, aşa cum a fost ea creată de la bun început? Darămite o viaţă de om. Asta a făcut Dumnezeu în viaţa mea.

Pe măsură ce treceau orele, am început să simt tot mai mult plinătatea dragostei lui Dumnezeu ce se revărsa în fiecare dintre părţile mele care, acum, erau unite într-una singură. Pentru prima dată în viaţa mea am avut memoria deplină a întregii mele vieţi, ceea ce a început să mă copleşească. Îmi imaginasem în trecut că atunci când va sosi acest moment în care urma să-mi pot aminti absolut totul, îmi va fi foarte greu să suport rememorările oribile ale copilăriei mele. Dar ceea ce m-a copleşit cu adevărat a fost modul în care bunătatea şi dragostea lui Dumnezeu mi-au schimbat viaţa.

Înainte cunoscusem în fiecare parte fragmentară a mea modul în care Dumnezeu mă iubise prin Fiona, prin Anna şi prin restul echipei, aducându-mi atât de multă restaurare şi vindecare în fiecare parte separat, dar niciodată nu fusesem în stare să înţeleg şi să experimentez în totalitate ceea ce realizase Dumnezeu în mine – nu în 8 persoane – ci într-una singură. Am fost copleşită de dragostea Lui şi de bunătatea Lui faţă de mine.

În Efeseni 3:16-19, Pavel se roagă ca:

> [...] potrivit cu bogăţiile Sale slăvite, să fiţi întăriţi în putere, prin Duhul Lui, în omul lăuntric, astfel încât Cristos să locuiască, prin credinţă, în inimile voastre, pentru ca, fiind înrădăcinaţi şi statorniciţi în dragoste, să puteţi înţelege, împreună cu toţi sfinţii, care este lărgimea, lungimea, înălţimea şi adâncimea dragostei lui Cristos, să cunoaşteţi dragostea lui Cristos, care întrece orice cunoaştere, ca astfel să fiţi umpluţi de toată plinătatea lui Dumnezeu.

Rugăciunea aceasta a fost ascultată în viaţa mea.

Realitatea: obiectivul principal

Mi-am dat seama că vindecarea nu avusese niciodată ca obiectiv obţinerea unui lucru, „reparaţia" integrală sau desăvârşirea! Şi totodată nu se concentrase nici asupra resemnării cu trecutul, cu o atitudine de genul: „De acum înainte va trebui să-mi accept situaţia şi să mă descurc cum pot mai bine în condiţiile date." Trecusem prin perioade în care mă temusem de ambele extreme.

Acum ştiam că obiectivul vindecării era să mă împac cu mine însămi, ajungând într-o stare de sănătate şi de echilibru dată de soluţionarea trecutului meu, care nu nega faptul că existau domenii dureroase şi nu nega nici realitatea multor lucruri bune pe care Dumnezeu le adusese în viaţa mea.

Am spus deja că există încă momente când simt durere în viaţa mea. Diferenţa este că nu mă mai tem de ea. Atunci când durerea mea este atinsă, gândurile mele procesează în felul următor: „Da, acesta este adevărul vieţii mele. Am un trecut îngrozitor. Există tristeţe în viaţa mea, dar am un Tată ceresc Care m-a salvat, Care mă iubeşte mai mult decât ar putea vreo fiinţă omenească să mă iubească vreodată." Îi mulţumesc pentru ceea ce a făcut şi pentru modul în care mă schimbă şi-mi aduce răscumpărarea Sa în viaţa mea. Dumnezeu este alături de mine în mijlocul durerii şi mă pot încrede în mângâierea Sa. El a devenit adevărata mea sursă a siguranţei. Şi din această cauză, în loc să fiu zdrobită de consecinţele trecutului meu, sunt capabilă să privesc înainte, aşteptând binecuvântările prezentului şi ale viitorului.

Cunoscându-L pe Dumnezeu ca Tată

Mult timp am urât cuvântul „tată". Nu-l puteam pronunţa pentru că avea atâtea conotaţii cutremurătoare. Pur şi simplu mi se oprea în gât.

Romani 8:15 spune astfel:

> Voi n-aţi primit un duh de robie, ca să vă fie din nou teamă, ci aţi primit Duhul înfierii prin care strigăm: „Abba!", adică „Tată!"

Aceasta este experienţa mea. Adesea, când sunt singură, cuvintele: „Tată! Tată!", răbufnesc spontan din interiorul meu şi ştiu că Tatăl meu ceresc este chiar acolo, cu mine. Este ceva atât de preţios. Să mă simt ca şi când aş fi îngrijită cu adevărat de Dumnezeu (chiar dacă prin intermediul oamenilor) şi să-L cunosc pe El ca Tată al meu ceresc, care mă iubeşte necondiţionat, aceste două lucruri îmi produc o bucurie ce întrece orice pricepere.

Îmi dorisem un set de reguli la care să mă supun şi, la început, mă supusesem regulilor lui Dumnezeu, dar în final am răspuns dragostei Sale. Toată ura din viaţa mea a fost transformată în dragoste, dragoste pentru Dumnezeu, Tatăl meu ceresc, dragoste pentru cei din jur şi o dragoste sănătoasă faţă de propria mea persoană.

O viaţă nouă

După ce părţile mele fragmentate au fost unite, m-am aşteptat să mai am nevoie de cel puţin încă o şedinţă de consiliere în vederea ucenicizării la Ellel Grange. Dar nu am mai simţit niciodată nevoia unei noi şedinţe, şi nici consilierii mei.

După ce am absolvit primul an al Şcolii Modulare de la Glyndley Manor, m-am înscris în cel de-al doilea an. De-atunci încoace, după încă un an, m-am implicat în a preda şi a le sluji altora, din când în când, la diferite centre Ellel.

Pot spune pe drept cuvânt că viaţa mea este cu totul diferită astăzi. Sunt atât de recunoscătoare că acum am o siguranţă interioară şi o putere care provin din faptul că I-am permis lui Dumnezeu să pătrundă în cele mai tainice locuri dureroase ale fiinţei mele. Temerile care cândva mă paralizaseră au dispărut acum cu desăvârşire şi în prezent sunt fără tratament psihiatric de peste 10 ani.

În mai 2009 mi-am făcut o programare împreună cu John la doctorul Searle, la care am apelat pentru a mă ajuta în scrierea acestei cărţi. Aceasta a fost prima dată când ne întâlneam cu el după ce fusesem externată din spital cu 12 ani înainte. Iată ce i-a scris doctorul Searle medicului meu de familie într-o scrisoare medicală după vizita ce i-am făcut-o:

> *Am bucuria să pot spune că Sarah este acum foarte bine şi că a avut parte de o refacere fantastică din problemele serioase pe care le-a avut. Sunt convins că o mare parte din aceasta se datorează propriei credinţe şi a propriilor eforturi susţinute – sprijinită de soţul ei şi de organizaţia de terapie căreia i s-a adresat.*

De doi ani încoace lucrez cu jumătate de normă, fiind angajată la aceeaşi companie cu John. Două sau trei zile pe săptămână ne urcăm în maşină şi mergem împreună la serviciu! Pentru noi, aceasta este o normalitate preţioasă!

Viaţa acasă este şi ea una normală! Recent, Tom şi Beth (care au absolvit amândoi facultatea şi acum trăiesc şi lucrează la Londra) au venit acasă într-un weekend.

Duminică după-masa au apărut amândoi în bucătărie împreună cu John, pentru a mă ajuta să pregătim cina. În timp ce curăţam legumele, storcătorul pregătea sucul şi întindeam aluatul pentru o tartă Bakewell, în mijlocul dialogului relaxant, am simţit un val imens de recunoştinţă izvorând din interior. Aceasta era normalitatea după care tânjisem atât.

Ani de zile, am strigat la nesfârşit în disperarea mea: „Vreau să fiu normală!", cu toate că nu ştiam cu adevărat ce înseamnă să fii „normală". Dar asta era! Nimeni nu se mai străduia să facă totul perfect pentru a o menţine pe mama într-o stare acceptabilă. Nimeni nu mai umbla pe vârful degetelor în jurul meu din cauza sensibilităţii mele şi a modului debilitant în care familia noastră fusese afectată – „elefantul" care stânjenise viaţa noastră atât de multă vreme. Nu mai exista niciun elefant, şi niciun fel de tensiune. Eram cu toţii relaxaţi şi ne bucuram pur şi simplu de faptul că pregăteam împreună cina.

Cuţitele nu mai trebuiau aşezate în linie dreaptă, la distanţe egale de la marginea mesei. Nu mai conta dacă vreo coajă de legumă ateriza din greşeală pe jos. Nu mai conta nici dacă tarta

Bakewell sfârşea într-o tavă puţin prea mică şi dădea pe din afară pe margini, ducând la formarea unei mase lipicioase pe tabla cuptorului. Nimic nu mai trebuia neapărat să fie perfect şi puteam râde împreună de asta.

A fost unul din acele momente preţioase care apăreau atunci când îmi dădeam seama din nou cât de diferite erau acum lucrurile în comparaţie cu ceea ce au fost cândva. Am devenit brusc conştientă de modul în care schimbările ce surveniseră în interior atrăseseră, odată cu ele, schimbări minunate şi profunde şi în exterior.

Meşteşugul Creatorului

Camerele în care am fost întotdeauna consiliată în timpul vizitelor mele la Ellel Grange se află într-o clădire separată de clădirea principală. Această clădire avea nevoie de restaurări. Era uşor lăsată în paragină şi deteriorată, dar după ce n-am mai primit ajutor acolo, s-a dovedit că avea un defect de structură şi, de fapt, era în pericol să se prăbuşească! Avea nevoie de reparaţii imediate.

Meşterii din echipa de întreţinere au avut o sarcină grea şi au lucrat cu multă migală. Nu numai că au făcut toate reparaţiile structurale importante, dar au folosit această ocazie şi pentru a renova complet toate camerele clădirii.

După ce au terminat lucrul, am fost din nou în vizită la Ellel Grange, dar de data asta pentru a ajuta la predarea unui curs. M-am dus să văd renovările făcute. Plimbându-mă prin clădire şi uitându-mă prin aceeaşi fereastră prin care privisem de nenumărate ori în trecut la fagul atât de familiar, ochii mi s-au umplut de lacrimi. Priveliştea de afară era aceeaşi, ca întotdeauna. Nimic nu se schimbase, dar în interior se schimbase totul. Ceea ce cândva fusese neglijat, uzat, învechit şi, după cum s-a dovedit, chiar în pericol să se prăbuşească, era acum complet transformat. Era luminos, plin de prospeţime, curat şi nou.

Am recunoscut imediat analogia. Lumea de afară nu se schimbase, dar în interiorul meu totul era diferit şi continua să se schimbe. Chiar la sfârşitul Bibliei, în Apocalipsa 21:5, Dumnezeu spune: „Iată, Eu fac toate lucrurile noi." Viaţa mea

a fost exact ca o casă de care nu s-a îngrijit nimeni sau, mai rău, o casă ce fusese vandalizată, dar Meşterul Creator mă restaurase cu multă migală şi, chiar şi acum, continuă să-Şi desăvârşească lucrarea în mine.

Sunt cu adevărat în mâinile Tatălui.

Postscriptum

La sfârşitul poveştii mele, care de fapt nu este atât povestea mea, cât povestea lui Dumnezeu, aş vrea să-ţi ofer o încurajare personală ţie, cel care citeşti aceste rânduri.

Dacă ai fost crud neglijat, neiubit, înşelat, lăsat orfan ori abuzat, sau, de fapt, ai vreo nevoie care nu-ţi este satisfăcută şi ai fost într-un fel sau altul atins de paginile acestei cărţi, îmi dai voie să-ţi recomand să te adresezi persoanei lui Isus? Această relaţie cu un Tată ceresc iubitor, prin Isus, nu este doar pentru mine, ci şi pentru tine.

Lui Dumnezeu Îi pasă de lucrurile pe care le-ai suferit în viaţă. El doreşte să-ţi vindece rănile. Doreşte să-ţi arate cât de special şi preţios eşti pentru El şi cât de mult te iubeşte. Iar dorinţa fierbinte a inimii Lui este să-ţi ia durerea şi respingerea, tot ceea ce te-a asaltat vreodată şi toate lucrurile pe care le-ai făcut tu, la rândul tău, şi vrea să-ţi redea, să restaureze şi să răscumpere tot ceea ce s-a pierdut. Asta doreşte să facă pentru orice persoană care vine la El, exact în starea în care este. El este Dătătorul vieţii atât aici pe pământ, cât şi în veşnicia ce va să vină.

„Duhul Stăpânului DOMN este peste Mine, căci DOMNUL M-a uns ca să aduc celor sărmani vestea bună. El M-a trimis să-i vindec pe cei cu inima zdrobită, să vestesc celor captivi eliberarea şi celor legaţi – izbăvirea, [...] să mângâi pe toţi cei ce jelesc, [...] să le ofer coroană în loc de cenuşă, untdelemnul bucuriei în locul plânsetului, mantaua laudei în locul duhului mâhnit."

(Isaia 61:1-3)

Nota editorului

Povestea lui Sarah este o relatare reală a vindecării ei.

Îi suntem recunoscători doctorului Searle pentru Cuvântul înainte al acestei cărţi, însă dorim să facem menţiunea că domnia sa nu este disponibil să corespondeze.

Vă mulţumim pentru înţelegere.

Informaţii suplimentare despre Ellel Ministries pot fi obţinute de la următoarea adresă web:

www.ellelministries.org
www.ellelromania.ro

Sperăm că v-a făcut plăcere să citiţi această carte a Editurii Elpis.

Pentru mai multe detalii referitoare la alte cărţi publicate de Editura Elpis sau la noi apariţii editoriale, vă rugăm vizitaţi site-ul nostru web:

www.edituraelpis.ro